Психологическая безопасность ребенка.
Что надо знать родителям.

Психологическая безопасность для ребенка заключается в отсутствии опасных условий психического развития ребенка, когда правильно и корректно исключаются внутренние и внешние угрозы психическому здоровью ребенка.

Внешние источники психологической угрозы для ребенка.

Недостаточное внимание к воспитанию ребенка, развитию общественно-полезных навыков.

Манипулирование ребенком со стороны взрослых.

Агрессивное поведение взрослых/родителей/учителей по отношению к ребенку.

Враждебная агрессивная среда дома, в школе, на улице.

Осознание ребенком своей не успешности, ущербности в сравнении со сверстниками.

Прямая зависимость от взрослых/родителей, что порождает комплекс неполноценности.

Необоснованные запреты.

Нарушение личностных границ ребенка.

Нагрузки, не соответствующие возможностям ребенка.

Отсутствия понятных правил взаимоотношений в семье/школе или не соблюдение взрослыми этих правил.

Авторитарный стиль воспитания.

К внутренним источникам психологической опасности, можно отнести следующее:

Негативные привычки, которые сформировались у ребенка.

Низкая самооценка.

Страх, неуверенность в своих силах, беспомощность.

Недоверие этому миру (нарушение привязанности к родителям). Ребенок не чувствует себя защищенным.

Невнимательность и неконтролируемость своих действий.

Отсутствие ответственности за свои поступки.

Болезненные эмоции и чувства. Неумение с ними правильно справляться.

Симптомы нарушения психологической безопасности ребенка.

Проблемы со сном, питанием, личной гигиеной и самообслуживанием.

Быстрая утомляемость

Частые и беспричинные слезы. Беспокойство без видимых причин.

Не умение организовать свое время для учебы и отдыха: «Мне скучно, мне нечем заняться!»

Уединение предпочтительнее общению со сверстниками.

Энурез. Энкопорез. Нервные тики.

Как помочь ребенку?

Проанализировать свое собственное родительское отношение к ребенку. Обоснованны ли претензии, неудовольствия.

Обратиться к специалистам, если необходима помощь, а не обвинять себя и всех.

Разговаривать, но, не читая нотации и ругая ребенка, а рассказывая о личном примере или литературном примере , который помог справиться с данной ситуацией/проблемой.

Важно понимать, что ребенок специально не хочет быть плохим, злым, агрессивным и непослушным.

Понимать и принимать любую эмоцию ребенка, говоря ему об этом: «Мне кажется, что ты сейчас злишься; негодуешь; обижаешься; грустишь; тоскуешь; горюешь, боишься и т.д. Да, так бывает! У меня так же было, я понимаю тебя! Что я сейчас могу для тебя сделать?»

Научиться самим и научить ребенка правильно и безопасно отпускать болезненную эмоцию из себя!

Защищать своего ребенка всегда. Давать ему поддержку! Дома, в спокойной обстановке вы сможете разобраться в причинах и вместе исправить последствия! Сделать выводы и сформировать иной полезный опыт.

Родителям надо быть с ребенком и в радости и в беде. Не справляться/делать «за ребенка», а вместе с ребенком.