

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города
Нижевартовска детский сад №15 «Солнышко»**

**Форсайт-центр
«Психологическая безопасность ребенка в дошкольном учреждении и в
семье»**



**Выступление на тему: «Использование психологических упражнений и
установок «безопасного поведения» для родителей и педагогов»**

Педагог – психолог
Колесникова Екатерина Сергеевна

г. Нижневартовск, 2020 год

Важнейшим условием полноценного развития ребенка, сохранения и укрепления его психологического здоровья является психологическая безопасность.

Говоря про безопасность дошкольника как личности, имеем в виду сохранение стабильности его самочувствия и ежедневной жизни, эмоциональный комфорт, уверенность в благополучии, отсутствие угроз, социальных конфликтов.

Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через использование понятий «психическое здоровье» и «угроза». При этом психологическая безопасность трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

Психологическая безопасность ребёнка – такое состояние, когда обеспечено его успешное психическое развитие, это одно из главных условий психического и физического здоровья ребёнка.

Основные источники угроз психологической безопасности личности ребенка.

Любое притеснение, попытка заставить ребенка сделать что-либо против его воли порождают сопротивление, которое может быть внутренним и внешним. Внутреннее сопротивление проявляется как уход от контактов с другими людьми, внешнее – в виде нарушения дисциплины.

Ребёнок осознанно или неосознанно начинает сопротивляться, по-своему отражать неблагоприятные воздействия, стараясь всячески защититься от возможных угроз его личности.

Внешние источники психологической угрозы для ребёнка:

- недостаточное внимание к воспитанию ребёнка со стороны родителей;
- манипулирование ребёнком со стороны родителей;
- агрессивное поведение родителей по отношению к ребёнку;
- враждебная агрессивная среда дома;

- осознание ребёнком своей не успешности, ущербности в сравнении со сверстниками;
- необоснованные запреты;
- нарушение личностных границ ребёнка;
- нагрузки, не соответствующие возможностям ребёнка;
- отсутствие понятных правил взаимоотношений в семье или несоблюдение взрослыми этих правил;
- авторитарный стиль воспитания.

Внутренние источники психологической угрозы для ребёнка:

- негативные привычки, которые сформировались у ребёнка;
- низкая самооценка;
- страх, неуверенность в своих силах, беспомощность;
- недоверие к миру;
- нарушение привязанности к родителям;
- отсутствие контроля над собственными действиями;
- отсутствие ответственности за свои поступки;
- болезненные эмоции и чувства, неумение с ними справляться.

Так формируются определённые механизмы психологической защиты:

- ребёнок начинает лгать, изворачиваться;
- ребёнок уходит из дома;
- ребёнок противостоит родителям, делает всё во вред, ведёт себя демонстративно, пытается открыто или скрытно бунтовать.

Порой родители в воспитательных целях проявляют по отношению к собственному ребёнку психологическое насилие – это воздействие, причиняющее обиду, вызывающее гнев, страх, неуверенность в собственной значимости и неспособность защитить себя от этого.

Существуют следующие формы психологического насилия:

Отталкивание: родители всеми способами дают понять ребёнку, что он не желателен, обзывают его, прогоняют, не обнимают, не целуют, винят его во всех своих проблемах.

Игнорирование: родители не выражают своих эмоций по отношению к ребёнку, часто вообще не обращают на него внимания.

Изолирование: ребёнка запирают в каком-либо помещении, оставляют одного в квартире, или категорически запрещают общаться со сверстниками или другими взрослыми, даже родными.

Терроризирование: ребёнка высмеивают за проявление любых эмоций, предъявляют к нему требования, не соответствующие возрасту или не понятные ему. Ребёнка постоянно запугивают, угрожают, что бросят его или избьют.

Безразличие: родители позволяют ребёнку смотреть видеоматериалы со сценами насилия, никак не реагируют на проявления самим ребёнком жестокости по отношению к другим людям и животным.

Эксплуатация: родители используют ребёнка для зарабатывания денег или реализации своих потребностей, например, переключают на него ведение домашнего хозяйства.

Деграция: поведение, которое разрушает идентификацию и самооценку ребёнка, например, грубость, ругательства, обвинения, обзывание, высмеивание, публичное унижение ребёнка.

Наши дети часто слышат от нас: "Ты обязан вести себя как подобает", "Ты не должен открывать дверь чужим", "Ты должен переходить дорогу на зеленый свет". Из таких фраз дети не узнают ничего нового. Ни чего не меняется оттого, что они слышат от нас это в "сто первый раз". Они в очередной раз чувствуют давление авторитета, иногда вину, иногда лишь скуку, а чаще всего всё вместе взятое. Не только словами воспитываются в детях моральные устои и безопасное поведение, сколько атмосферой в семье, через подражание поведению взрослых и, прежде всего родителей. Если в семье все соблюдают правила дорожного движения, с детьми разыгрывают различные ситуации "поездка на машине к бабушке", "один дома", воздерживаются от грубых слов, делят домашнюю работу - будьте уверены, ребёнок будет знать как правильно себя вести.

Если ребёнок нарушает "нормы поведения", то стоит посмотреть, не ведет ли себя в семье кто-то так же или похожим образом. Помните что словесные

поучения типа "Пора бы знать, что перед едой надо мыть руки", "Сколько раз тебе говорить не подходи к собакам на улице", "Я тебе сказала, сделай так".

Дети в таких случаях отвечают или думают: "Отстань", "Хватит", "Ну-ууу началось". В лучшем случае они перестают нас слышать, возникает то, что психологи называют "смысловым барьером" или "психологической глухотой".

Воспитание ребенка, очень трудная задача. Решить её надо правильно, только тогда ребёнок вырастет внутренне собранным и ответственным человеком и сможет в опасной ситуации собраться с силами. И в этом главную роль играет дисциплина.

В своей работе использовала **упражнение для родителей «Снежинка»**.

Каждому родителю раздается по листку бумаги (листы бумаги, все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета), было предложено ни на кого не смотреть и внимательно слушать инструкцию.

- сложите лист пополам
- оторвите правый верхний уголок
- опять сложите пополам
- снова оторвите правый верхний уголок
- сложите лист пополам
- оторвите правый верхний уголок

Эта процедура продолжалась, пока была возможна. Родителям предлагалось раскрыть свою красивую снежинку и найти среди остальных снежинок точно такую же. Снежинки отличались, так как «Каждый понимает инструкцию по-своему, все мы разные. Читая нотации, правила детям, можно ли быть уверенным, что они нас правильно поняли и все уяснили? Был бы пример – у всех было бы одинаково. Должен быть пример родительского поведения для детей. Можно сколько угодно говорить, как правильно переходить дорогу, но если вы сами не соблюдаете эти правила, можете быть уверены, что и ваш ребенок их нарушит».

Для педагогов использовала **Упражнение «Диктат»**

Для этого упражнения выбрали «доброволеца» - он играл роль ребенка, а мы с остальными педагогами вспомнили, как общаемся с детьми.

Педагоги обычно говорят детям, когда они капризничают - «Не плачь, прекрати» и т. д. Значит мы не позволяем ему свободно проявлять свои чувства. (обвязали добровольцу область сердца)

Что мы говорим ребенку, если он без разрешения берет вещи, которые ему не положено брать? («Не трогай!») (Связали бинтом руки)

Если ребенок разбежался, мешает, мы говорим? («Не бегай!») (связали ноги)

Если взрослые разговаривают, а ребенок слушает их разговор, мы реагируем. («Не слушай!») (завязали уши)

Если ребенок кричит, оглушая нас, мы говорим ему? («Не кричи!») (завязали рот)

«Как вы думаете, ему было хорошо, что нужно освободить в первую очередь, может ли ребенок развиваться в таком состоянии? Что же делать?»

Как же воспитать ребенка, который в опасной ситуации не растеряется, всегда будет внутренне собранным? Одним из главных ответов является дисциплина. Должны быть правила, требования, которые дети должны безусловно выполнять. Детям не только нужны порядок и правила поведения, они хотят и ждут их! Это делает их жизнь понятной и предсказуемой, создает чувство безопасности.

Так какие же правила для эффективного общения с ребенком?

- Важно создавать у ребёнка убежденность в том, что он хороший и что родители его любят.

- При неудачах ребёнка подчёркивать его достоинства, подкреплять уверенность в собственных силах, формировать перспективу.

- При критике сосредотачивать внимание на конкретном поступке ребёнка, а не подвергать критике его личность, не унижать его достоинства.

Поскольку психологическая безопасность ребёнка – является одним из условий его дальнейшего успеха и гарантия его благополучия в дальнейшей жизни, то родителям необходимо постараться не экономить силы на её обеспечении в детстве.