

## Психологическая безопасность ребенка

Родители, педагоги, государство в целом, достаточно много уделяют внимания безопасности ребенка. Дети проходят подробные инструктажи по пожарной безопасности, правилам дорожного движения, поведения при чрезвычайных ситуациях и терактах и много других инструкций. Но большинство из них касается физической безопасности ребенка. Психологическая безопасность ребенка – не менее важна, и она требует более внимательного отношения взрослых. Угрозы физической опасности для человека – очевидны, угрозы психологической безопасности – могут быть незаметны для постороннего взгляда, поэтому могут безнаказанно продолжаться длительное время, калеча психику ребенка. Поэтому, дорогие родители, я призываю вас, обращать внимание не только на здоровье ребенка, но и его эмоциональное, психологическое состояние.

В последнее время тема психологической безопасности детей стала часто подниматься и в средствах массовой информации, и на комиссиях муниципального уровня, и на педсоветах, и школьных родительских собраниях. Но, в основном, это лишь обеспокоенность интернет-угрозами для детей. На самом деле, вовлечение детей в игры с так называемыми «группами смерти» - дело очень серьезное и опасное, заслуживающее отдельного внимания. Но частое муссирование этой тематики лишь подогревает интерес подростков к этим сайтам. Для того, чтобы любое семечко проросло, оно должно упасть на хорошую почву. Для того, чтобы «злые семена» групп смерти проросли в сердце ребенка – они должны упасть на благоприятную почву. Какую почву? – Одиночество среди сверстников, дефицит внимания, душевного общения с родителями – та «благоприятная почва».

Ажиотаж от интернет-угроз «групп смерти» получив свой пик, сейчас пойдет на спад. А мне очень хочется привлечь внимание родителей к другому направлению психологических угроз для ребенка, которое всегда было, есть и будет актуально для детей и подростков.

Знаете ли вы, на что больше всего жалуются дети и подростки, обращаясь на Всероссийский телефон доверия? – **70% юных клиентов жалуются по телефону на обиды со стороны других детей!** Быть осмеянным, униженным сверстниками, изолированным от них – вот реальная угроза для психологического здоровья ребенка. Когда тебя не принимают одноклассники в свои группы общения, ты чувствуешь себя ненужным, неполноценным – захочется ли тебе идти в школу? Будет ли жизнь вообще доставлять тебе радость? Если психологическая травля продолжается длительное время – она обязательно повлияет на формирование личности ребенка. Он вырастет озлобленным, агрессивным, либо наоборот, подавленным и безвольным.

Для ребенка очень важно, чтобы он в классе чувствовал себя психологически комфортно, чтобы у него были друзья, товарищи, приятели, чтобы он ходил к ним в гости, они бы приходили к нему, были общие интересы, дела и даже секреты. А если этого нет – что тогда делать ребенку? – Искать себе друзей в интернете! А они тут как тут, только не друзья, а «кураторы» из каких-нибудь «групп смерти», подхватывающие одинокого ребенка и ведущего совсем не туда, куда надо.

Дорогие родители, знаете ли вы, как чувствует себя в классе ваш ребенок? Какое он там занимает положение? – Лидер, предпочитаемый, или отвергаемый одноклассниками? Не страдает ли он от насмешек, обид, угроз кого-либо из детей?

Как вы считаете, какой ребенок может подвергаться обидам со стороны сверстников? Статистика показывает, что в большей степени агрессии со стороны сверстников подвержены: дети, имеющие особенности внешности или развития, дети с особенностями поведения, те, кому тяжело дается учеба, новенькие. Но на самом деле, психологическим угрозам могут быть подвержены **любые дети в той или иной ситуации**. Между детьми часто возникают большие и маленькие конфликты, иногда они легко и быстро разрешаются ими самими. А иногда они слишком глубоки, серьезны и затягиваются надолго.

Дорогие родители, как вы реагируете на жалобы ребенка: «Мама, а меня в школе обзывают жирным (рыжим, ушастым...)»? Или «Папа, а меня сегодня Ваня так толкнул, что я упал и ударился»? Вслушиваетесь ли вы в то, что он рассказывает, понимаете ли, что он при этом чувствует? Или выдаете стандартные реакции, не вникая в ситуацию: «Не обращай внимания!», «Дай ему сдачи!». Тогда, по сути, ребенок остается один на один со своей бедой. Да, может, эта ситуация незначительная, не требующая того, чтоб родитель бежал в школу и заступался за ребенка. Но если ребенок переживает об этом – ему надо оказать моральную поддержку, обсудить ситуацию, подсказать, как можно из нее достойно выйти. У родителей бывают крайности: одни родители - по малейшей жалобе ребенка бегут в школу, а то и в полицию, устраивают шумные «разборки»; другие, напротив, считают, что вообще вмешиваться в детские конфликты не стоит «сами разберутся». На самом деле, здесь нужна «золотая середина». Постоянное вмешательство родителей не научит ребенка самостоятельно выстраивать хорошие взаимоотношения, может усугубить негативное отношение к ребенку. Безучастное отношение родителей может привести к тому, что ребенок будет сильно страдать от сверстников и никому не рассказывать. И как самый крайний случай – привести к суициду.

**Итак, что делать родителям, чтобы исключить или минимизировать психологические угрозы ребенку в школе?**

- быть внимательным к настроению, эмоциональному состоянию своего ребенка,
- быть в курсе его «детских» проблем и переживаний,
- беседовать с ним о взаимоотношениях со сверстниками,
- регулярно посещать школу, быть «на связи» с учителем,
- родителям вместе с ребенком активно участвовать во внеклассных мероприятиях: праздниках, походах, чаепитиях и т.д. – это очень повышает авторитет ребенка в глазах одноклассников,
- приглашать друзей ребенка домой, отпускать ребенка в гости,
- поддерживать контакт с родителями друзей.

При возникновении сложных ситуаций с ребенком, можно обратиться за психологической помощью, консультацией, к психологам СРЦН.