

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ

### Памятка для родителей



### Психологическая безопасность ребенка

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 отражается внутренние и внешние угрозы его психическому развитию.

#### Внешние источники угрозы психологической безопасности

##### *Физические:*

- ▶ неблагоприятные погодные условия;
- ▶ недооценка значения закаливания;
- ▶ нерациональность и скудность питания;
- ▶ несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений;
- ▶ враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, действуют необоснованные запреты.

##### *Социальные:*

- ▶ манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности;
- ▶ межличностные отношения детей с другими детьми;
- ▶ интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей;
- ▶ неправильная организация общения: преобладание авторитарного стиля;
- ▶ отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

##### *Семейные:*

- ▶ сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения;
- ▶ осознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности;
- ▶ отсутствие автономности (зависимость от взрослых);
- ▶ индивидуально-личностные особенности ребенка;
- ▶ патология физического развития и др.

**Признаки  
стрессового состояния ребенка  
при нарушении его  
психологической безопасности:**

- ⊕ трудности засыпания;
- ⊕ беспокойный сон;
- ⊕ усталость после нагрузки;
- ⊕ беспричинная обидчивость;
- ⊕ плаксивость;
- ⊕ повышенная агрессивность;
- ⊕ рассеянность и невнимательность;
- ⊕ отсутствие уверенности в себе;
- ⊕ проявление упрямства;
- ⊕ нарушение аппетита;
- ⊕ стремление к уединению;
- ⊕ подергивание плеч;
- ⊕ качание головой;
- ⊕ дрожание рук;
- ⊕ снижение массы тела;
- ⊕ повышенная тревожность и т.д.

***Все перечисленные признаки  
могут говорить о том,  
что ребенок находится в  
состоянии психоэмоционального  
напряжения***

## Что нужно делать

Радуйтесь Вашему сыну или дочке

Разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном

Установите четкие и определенные требования к ребенку

Будьте терпеливы  
Чаще хвалите ребенка

Поощряйте игры с другими детьми

Интересуйтесь жизнью  
Вашего ребенка в детском саду

## Что нельзя делать

Перебивать ребенка  
Принуждать делать то, к чему он не готов

Заставлять делать что-нибудь, если он устал или расстроен

Говорить: «нет, она не красная», лучше скажите: «она синяя»

Устраивать для ребенка слишком много правил: он перестанет обращать на них внимание

Ожидать от ребенка понимания всех логических правил

Сравнивать с другими детьми