

ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ.

Все мы знаем, что основная родительская задача заключается в том, чтобы научить ребенка обходиться без родителей! Поэтому вопрос детской безопасности перед каждым взрослым встает очень остро. Все мы с особой душевной болью реагируем на сообщения в социальных сетях о случаях беды с ребенком.

Начинать разговор о безопасности можно уже с 3-х лет. Мир ребенка расширяется и теперь включает в себя больше людей, ситуаций и различных жизненных обстоятельств. Пришло время поговорить с ним о том, что люди бывают родные и посторонние, что не все хорошие и добрые. Так как у детей дошкольного возраста мышление наглядно-образное, то объяснять нужно на примере книг, мультфильмов. То есть просто слова, не подкрепленные образом, ребенок не поймет. Например, сказки о Бармалее с Кошеем помогут ребенку впервые задуматься о личной безопасности и о необходимости соблюдать родительские ограничения. Сказка «Заюшкина избушка» научит не пускать в дом чужих и опираться на помощь тех, у кого есть специальные инструменты – коса, как у полицейского пистолет. Здесь важно рассказать о профессиях людей, работа которых – это профессиональная помощь. Такие люди имеют униформу, значки. Ребёнок должен знать к кому он должен обратиться в первую очередь. В мультфильме «Умка ищет друга» обсудите момент, когда Умка ушел без спроса и его увезли далеко от дома. «Лео и Тиг» - серия «Белый-пребелый», про незнакомца, который сначала притворяется хорошим, а потом показывает зубы. «Полли Робокар» -2 серии «Битва в лесу». Про браконьера, который притворялся хорошим. Объясните, что реальные люди порой похожи на этих персонажей и родительские ограничения призваны защитить ребенка от встречи с ними.

До 6-7 лет дети часто путают понятия «друг» и «знакомый». Поэтому так быстро заводят «друзей» на площадках. Действительно, как разграничить – с кем можно разговаривать, а с кем нельзя, чтобы не запутаться? «Мама, ты говоришь, что мне нельзя разговаривать с посторонними. А почему ты тогда разговаривала с тетей на детской площадке?» Дети хотят конкретики и последовательности. Обычно ребенку предлагается следующий вариант: когда он один (а вы же позаботитесь, чтобы он один не оставался?), он не разговаривает ни с кем. Но в вашем присутствии и с вашего разрешения он может вступить в разговор - с соседкой, мамой приятеля, врачом. Но только при вас!

Дело в том, что аналитический ум — это прерогатива взрослых людей: мы хотим знать предысторию, причину и последствия. У детей все устроено иначе. Маленькие дети очень доверяют родителям. Им вполне достаточно того, что так сказала мама. Абсолютный авторитет взрослых сохраняется до 7 лет. Мы даем набор правил безопасного поведения: не трогать горячее, не выбегать на дорогу, определенным образом вести себя с посторонними людьми. Вполне достаточно объяснить, что если мы не знаем человека, то не можем предугадать заранее, как он себя поведет. Так что безопаснее переспросить родителя.

Только после 7 лет дети могут более трезво оценивать поведение взрослых. Поэтому детям постарше уже можно рассказать больше. Что бывают люди, которые делают плохие вещи. Но, на самом деле, их не много. Нужно быть осторожным, потому что по внешности и поведению человека невозможно понять его настоящие намерения.

Ребёнку старше 10-11 лет, который уже знает о половых взаимоотношениях взрослых людей, можно объяснить, что эти отношения касаются исключительно взрослых, но есть такие больные люди, которые испытывают влечение к детям. Это очень серьезное преступление, за которое полагается или длительное тюремное заключение, или принудительное психиатрическое лечение. Если ребенок столкнулся с таким человеком, его задача – как можно быстрее прервать контакт с ним, убежать и немедленно рассказать родителям.

Чтобы ребенок понял это, с ним нужно работать. К обучению безопасности стоит относиться как к любому другому занятию (развитию речи, мышления). Выберите время, когда ребенок с интересом воспримет новую информацию. Пусть обстановка располагает к спокойному общению, не делайте это в суете и спешке, под влиянием негативных эмоций от увиденного только что по ТВ, в этом случае родители подают информацию, основываясь на страхе, запугивают детей. Родители провели беседу, что называется «по горячим следам». Их уровень тревоги снизился, а вскоре вовсе улетучился, но детям необходимо достаточно часто говорить одно и то же для того, чтобы они окончательно это запомнили и начали жить по этим правилам. А еще лучше опасные ситуации проиграть с игрушками, слепить из пластилина, нарисовать. Задействовать двигательную память. Когда происходит что-то резкое, нестандартное, когда выброс адреналина и организм в стрессе, мышечные действия вспоминаются быстрее.

Мы должны снабдить своих детей различным шаблонами действий, которые они смогут применить в различных ситуациях. Это нужно для того, чтобы в критический момент у детей были различные отработанные варианты поведения, а не ступор. Реакций организма на любую пугающую ситуацию всего три: «Бей», «Беги», «Замри». Наша задача показать детям, когда актуально бежать, а когда замереть.

Если вы ещё никогда об этом не говорили с ребенком, не переживайте. Никогда не поздно начать! Только, когда вы начинаете разговор с ребёнком, в начале уточните, какой информацией по данной теме он уже владеет. Если необходима корректировка, то используйте те же приёмы и методы. Обучать безопасному поведению нужно до 12-13 лет. К подростковому возрасту ребёнок должен быть «снаряжен» всеми возможностями.

Итак, чтобы научить ребенка безопасности, защитить его от возможных ситуаций, но так, чтобы он был не забитым, коммуникабельным, открытым, не робким мы:

- уточняем, что люди разные;
- объясняем, что приемлемо по отношению к себе, а что нет;
- разрешаем всегда ребенку говорить «Нет!» взрослым;
- вводим важные правила безопасности.

Объясните ребенку, что у каждого есть свое физическое пространство — это небольшое расстояние вокруг вас. Никто не может нарушать границы этого пространства без согласия человека. Поэтому ребенок всегда имеет право сказать «нет», если кто-то хочет его обнять или поцеловать. Вместо этого можно «дать пять» или послать воздушный поцелуй. Держать физическую дистанцию – это значит знать, на каком расстоянии от человека ему комфортно находиться и научить не подпускать ближе. Вторжение другого человека в личное пространство – тревожный звонок. Не нарушайте сами физические границы ребенка, то есть не бейте, уважительно относитесь к его физическому дискомфорту. Иначе ребенок запутается, почему вы говорите одно, а делаете другое.

Расскажите ребенку, что у него есть интимные части тела, прикасаться к которым другие люди могут лишь в особых случаях (таких, как осмотр у врача – полностью безопасных для ребенка). Эти зоны покрываются нижним бельем. Обозначьте их и назовите – так же, как называете остальные части тела: уши, ноги, глаза. Реальные названия могут помочь ребенку рассказать о том, что с ним происходило и кроме того, помогут прекратить возможную ситуацию, в которой происходит дискомфорт, обозначив четко и ясно, что именно в данный момент происходит. Если кто-то нарушает личные границы (пытается прикоснуться к интимным частям тела или показывает фотографии с их изображением), нужно сразу сообщить родителям. Правила запретов на прикосновения к этим местам действует для всех: как знакомых, так и незнакомых людей и, в том числе, членов семьи. Научите детей, что у них есть право на контроль доступа к своему телу и другие должны его уважать.

Научите ребенка «позе несогласия». Руки должны находиться на поясе, ноги слегка расставлены, плечи приподняты и отведены назад. Следует научить этой позе ребенка, потому что это очень убедительный невербальный сигнал, когда необходимо выразить несогласие. Также научите ребенка выражать несогласие с помощью фраз «Нет!» или «Стоп! Мне это не нравится!». Эти фразы и поза эффективны при буллинге или при попытках нарушить личные границы ребенка. Если ребенок научится делать это в 4-5 лет, то, скорее всего, он сможет отстоять свою позицию и в старшем возрасте.

Одно важное замечание: для того, чтобы ребенок мог постоять за себя и сказать «нет» – он должен, порой, в общении с родителями успешно проявлять сопротивление авторитету взрослых. Конформный, согласный со всем ребенок – не сможет отбиться от угрозы в решающий момент. Упования родителей на то, что малыш будет беспрекословно выполнять все их требования, но в нужной ситуации поведет себя правильно и решительно, – не просто наивны, но и опасны. Дети не могут учиться асертивному поведению иначе как на родителях, и потому время от времени идти на поводу у детского «не хочу-не буду» — значит, подарить ему шанс в беде. Слышьте «нет» ребенка. Не старайтесь изменить его решение, не настаивайте, не навязывайте.

С ребёнком, особенно подросткового возраста, доверительно общайтесь на любые темы (секс, алкоголь, наркотики, курение, взрослый друг из соцсетей и т.д.). Это значит, что не надо стесняться разговаривать на эти темы, не окружайте их своими эмоциями страха и стыда. Не используйте фразу «подрастешь - узнаешь». Ведь на самом деле знания не приходят сами с возрастом, если их где-то не получать. Ребенку должно быть комфортно обсуждать с вами любую тему. Если ребёнок приходит к вам с разговором, не перебивайте, не давайте советов, не ругайте, не показывайте бурную реакцию на рассказ, не оценивайте поведение. Сделайте так, чтобы он почувствовал ваше принятие, поддержку и понимание. Только тёплые доверительные отношения – залог того, что в сложной ситуации он обратится к вам.

Важные правила безопасности.

1. «Сначала спроси у меня разрешения!» на общение, на угощение, уйти с площадки.
2. Где бы ни находился ребенок, он должен знать, где у него безопасный тыл, куда ему безопасно убежать. Если он вышел из школы — возвращаться обратно в школу, если из дома — домой. Если он один в городе — в ближайший магазин, людное место, где можно обратиться к сотруднику учреждения.
3. Если не видишь маму/папу, стой на месте. Не нужно бежать их искать.
4. Общение с незнакомым не должно быть долгим, разговор не должен быть подробным. При ответах на вопросы нужно ограничиться парой слов, а затем уходить в безопасное место.
5. Установите, что можно о себе рассказывать, а что нельзя.
6. Постепенно «спросить» перерастает в «предупредить». С подросткового возраста ставить в известность «иду с тем-то туда-то».
7. Взрослый никогда не попросит помощи у ребенка, а родители никогда не пошлют за ребенком незнакомо.
8. Научите ребенка звать на помощь. И всегда приходите, когда ребенок вас зовет.
9. В новом месте всегда обозначайте ребенку разрешенную территорию.
10. Сами не разрешайте любому незнакомцу касаться вашего малыша. Вмешиваясь в ситуацию, вы как бы говорите ребенку, что дружелюбное поведение взрослых отнюдь не дает разрешение прикасаться к нему.
11. Не должно быть никаких секретов от родителей. Ребенок при этом не должен бояться рассказать вам всё, даже если его запугали.

Правила безопасности должны обсуждаться много раз – лишь тогда они станут внутренним ориентиром ребенка. Делать это следует с ребёнком здоровым, выспавшимся, не голодным и не расстроенным. Подавать информацию дозированно. Разыгрывать ситуацию по ролям, с куклами,

роботами и т.д. Иначе ребенок не соотнесет разговор с жизнью и никогда не применит на практике то, что услышал. Усадив ребенка напротив с намерением поговорить, можно только проверить, хорошо ли у него работает слух и память. Всегда благодарите ребенка за соблюдение договоренности, правил. Родитель должен уметь сказать ребенку «спасибо» за то, что тот спросил и предупредил. За каждое уточнение «можно?» нужно говорить ребенку «спасибо». И не ругать ребенка за то, что он пошел не туда, сделал не то. Ведь в следующий раз ребенок просто не предупредит и не расскажет. А значит, выслушав нравоучения, он начнет вести себя не более безопасно, а, наоборот, подвернется лишней опасности.

Педагог-психолог службы сопровождения
замещающих семей города Кирова

С.Ю. Малахова