# ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ 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 отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.*

Само содержание понятия безопасность означает отсутствие опасностей или возможность надежной зашиты от них. Опасность же рассматривается как наличие и действие различных факторов, которые являются дисфункциональными, дестабилизирующими жизнедеятельность ребенка, угрожающими развитию его личности.

Предусмотреть возникновение опасности довольно сложно. В настоящее время нет достаточно обоснованной и подробной общей классификации угроз психологической безопасности и возможных источников их в дошкольном учреждении. Но в то же время и оздоровительная программа без системы упреждающих мер будет не столь эффективной.

Основные источники угроз психологической безопасности личности можно условно разделить на две группы: внешние и внутренние.

К ВНЕШНИМ ИСТОЧНИКАМ угроз психологической безопасности ребенка следует отнести:

1. Манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности: Это проявляется в том, что взрослые стремятся все сделать за ребенка, тем самым лишая его самостоятельности и инициативы как в деятельности, так и в принятии решений.

2. Индивидуально-личностные особенности персонала, участвующего в образовательном процессе и ежедневно вступающего во взаимодействие с детьми. Не случайно мы начали книгу с критериев отбора сотрудников для работы с самыми маленькими.

3. Межличностные отношения детей в группе. Бывает так, что детское сообщество отвергает кого-то из сверстников, а воспитатели долгое время

этого не замечают или не находят достаточно эффективных средств для устранения такого явления. В результате у отвергаемых детей появляется чувство дезориентации в микросоциуме, каковым является для ребенка дошкольное учреждение. Кроме того, в детском коллективе уже в раннем возрасте могут проявляться грубость и жестокость, на которую также нет должной реакции педагогов.

4. Враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, не продумано цветовое и световое оформление пространства; отсутствуют необходимые условия для реализации естественной потребности в движении; действуют необоснованные запреты, вызванные псевдозаботой о безопасности ребенка.

5. Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений и, в первую очередь, отсутствие режима проветривания.

6. Интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей, однообразие будней.

7. Нерациональность и скудость питания, его однообразие и плохая организация.

8. Неправильная организация общения. Преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых.

9. Недооценка значения закаливания, сокращение длительности пребывания ребенка на свежем воздухе.

10. Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

11. Неблагоприятные погодные условия.

12. Невнимание к ребенку со стороны родителей, асоциальная семейная микросреда и т. п.

ВНУТРЕННИМИ ИСТОЧНИКАМИ угроз психологической безопасности ребенка могут быть:

1. Сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения. В результате малыш сознательно отвергается детьми и подсознательно взрослыми.

2. Осознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности. Это способствует формированию комплекса неполноценности и зарождению такого, например, отрицательного чувства, как зависть.

3. Отсутствие автономности. Прямая зависимость во всем от взрослого, рождающая чувство беспомощности, когда приходится действовать самостоятельно.

4. Индивидуально-личностные особенности ребенка, например сформировавшиеся (не без помощи взрослых) боязливость или привычка постоянно быть в центре внимания.

5. Патология физического развития, например нарушение зрения, слуха и т. п.

Общим же источником угроз психологической безопасности ребенка является информация, которая неадекватно отражает окружающий его мир, т. е. вводит его в заблуждение, в мир иллюзий. Проще говоря, когда взрослые обманывают ребенка. И это может привести к психологическому срыву. Например: убеждают, что мама скоро придет, и малыш находится в состоянии напряженного ожидания.

Признаки стрессового состояния малыша при нарушении его психологической безопасности могут проявляться:

- в трудностях засыпания и беспокойном сне;

- в усталости после нагрузки, которая совсем недавно его не утомляла;

- в беспричинной обидчивости, плаксивости или, наоборот, повышенной агрессивности;

- в рассеянности, невнимательности;

- в беспокойстве и непоседливости;

- в отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально жмется к ним;

- в проявлении упрямства;

- в том, что он постоянно сосет соску, палец или жует что-нибудь, слишком жадно без разбора ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, отмечается стойкое нарушение аппетита);

- в боязни контактов, стремлении к уединению, в отказе участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой, не находя себе занятия);

- в игре с половыми органами;

- в подергивании плеч, качании головой, дрожании рук;

- в снижении массы тела или, напротив, начинающих проявляться симптомах ожирения;

- в повышенной тревожности;

- в дневном и ночном недержании мочи, которых ранее не наблюдалось, и в некоторых других явлениях.

Все вышеперечисленные признаки могут говорить нам, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, только в том случае, если они не наблюдались ранее.

Следует отметать и то, что не все признаки стрессового состояния могут быть явно выражены. Но беспокоиться следует даже в том случае, если проявились хотя бы какие-то из них.

Наличие вышеуказанных симптомов нередко свидетельствует о возникновении психосоматических расстройств, которые могут отрицательно сказаться на самочувствии, поведении ребенка. Игнорирование их обычно

приводит к стойким нарушениям не только в здоровье, но и в личностном развитии. Бывает, что такие дети впоследствии становятся лживыми, неуверенными в себе, склонными к бесплодным мечтаниям, трусливыми, некоммуникабельными. У них как способ защитного поведения очень рано появляется социальная маска.

Отсюда следует, что в дошкольном учреждении должна быть разработана система обшей и индивидуальной психологической защиты детей.

Индивидуальная программа психологической защиты выстраивается на основании изучения личностных особенностей данного ребенка, его опыта, привычек, условий воспитания в семье. Делает это психолог дошкольного учреждения при участии родителей и воспитателей группы.

Надежными показателями того, что средства психологической безопасности выбраны верно, служат хорошее настроение малыша, проявляемое им чувство бодрости, радости, уверенности. Устойчивый оптимистический настрой говорит о том, что адаптация в социально-гигиенической среде яслей проходит или уже прошла успешно.

Психоэмоциональное состояние детей во многом зависит от ритма жизни, который в дошкольном учреждении задается режимом дня. Традиционно в нем указывается время и длительность сна, прием пищи, прогулок, занятий.

С одной стороны, жизнь в заданном ритме как бы должна оказывать положительное воздействие на психоэмоциональное состояние ребенка, но, с другой - можно наблюдать, что дети нервничают, с нетерпением ждут родителей, перестают слушаться взрослых, хотя те ничем такое состояние не провоцировали. Особенно это заметно в конце недели. Провоцирующим фактором может явиться непродуманный в плане комфортности для психологического состояния ребенка режим дня.

Однообразие будней, привычность ритма, отсутствие неожиданностей, жесткая регламентация деятельности - все это рождает у детей комплекс несвободы и служит стрессовым фактором.

Режим дня детей в дошкольном учреждении должен быть многовариантным, учитывающим все возможные нестандартные ситуации: плохую погоду, отсутствие достаточного количества персонала, желание родителей

приводить и забирать ребенка в удобное дня них время, карантины и периоды повышенной заболеваемости. Такой режим принято называть гибким, так как в нем продумана система быстрого реагирования на внезапно изменившуюся ситуацию.

Приводим описание нескольких вариантов гибкого режима
ВАРИАНТ (для плохой погоды)

Специфика режима дня в случае неустойчивой и неблагоприятной погоды заключается в том, что день ребенка эмоционально насыщается, а прогулочной зоной становится все учреждение. Прогулки организуются в физкультурном и музыкальном зале. Сквозным проветриванием помещения предварительно остужаются до 14-16 % затем открываются внутренние рамы окон (в наружных часть стекол имеет микроотверстия) и угловая фрамуга. Дети, одетые соответственно температуре зала (с учетом того, что идет постоянный приток прохладного воздуха), находятся в нем минут 40. Воспитатель приносит игрушки, мячи, организует веселые подвижные игры. Несложно для таких ситуаций сделать небольшую складную песочницу (ведра на два песка),

В групповой в это время проводятся сквозное проветривание, влажная уборка и на полную мощность включаются бактерицидные светильники. Дети возвращаются в свежеубранное и проветренное помещение.

В течение дня нужно не менее двух подобных прогулок. Кроме того, предусматривается выход детей на 30-40 минут за пределы своей групповой, так сказать в гости. Можно, например, посмотреть в видео салоне мультфильм, побывать в изостудии или мармотеке. Больше всего наши малыши любят ходить в гости к детям старших групп, ведь там так интересно!

Режим дня для неблагоприятных погодных условий составляется методистом дошкольного учреждения в сентябре. Группам выделяется конкретное помещение для организации прогулки и определяется ее время; указывается время и порядок "хождения по гостям". В каждом помещении детям создаются условия для развивающей деятельности. Например, в изостудии для них готовится стол с кучей глины, или на полу расстилаются листы ватмана - и рисуй себе красками, не пачкающими пальчики, что хочешь. В игровой комнате ждут детей игрушки-забавы, самовар с чаем и обязательно

молоко. Старшие дошкольники приготовили для них "рынок", где "продаются" игрушки, сувениры, украшения, сделанные собственными руками. Большим успехом пользуются у малышек прыгающие бумажные лягушки, глиняные свистульки, лодочки из коры или бумаги, которые тут же можно пустить в таз с водой.

Режим дня предусматривает обязательно какое-либо музыкальное развлечение. Причем программа его готовится взрослыми заранее. Это могут быть кукольные спектакли или драматические постановки, концерты, веселые аттракционы, сюжетно-игровые занятия с большим количеством персонажей.

Наличие такого предварительно составленного режима позволяет быстро реагировать на изменение ситуации, а его реализация предупреждает вероятность физиологического стресса организма детей в связи с кислородным голоданием и невозможностью в ограниченном пространстве группы создать полноценные условия для удовлетворения естественной потребности ребенка в движении.