Обеспечение психологической безопасности личности ребёнка дома

Важнейшим фактором становления личности ребёнка является психологическая безопасность. Психологическая безопасность во многом определяется эмоциональным климатом семьи, в которой растет ребенок.

Что же является основными причинами нарушения психологической безопасности ребенка в семье?

1. Дефицит внимания к ребенку в семье. Тогда, когда даже ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребенок может оказаться внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.
2. Психологическая безнадзорность в сочетании с гиперопекой. Там, где господствует жесткая регламентация, где все определяется наставлениями и инструкциями, не остается места для нравственности.
3. Напряженная жизнь, стрессовые ситуации, в тех семьях, где происходит разлад между родителями.

В результате постоянного нарушения в семье психологической безопасности, у ребенка формируется низкая самооценка, на фоне других детей он начинает осознавать свою не успешность.

Нарушения психологической безопасности проявляются в следующем: беспокойный сон, трудности в засыпании, проявления беспричинной обидчивости, плаксивости или повышенной агрессивности, рассеянность и невнимательность, проявления упрямства, нарушение аппетита, повышенная тревожность.

Родители, страдающие от упрямства, «неуправляемости» своих детей, не отдают себе отчета в том, что все это проявление детского бессилия. Поэтому, сталкиваясь с реакциями защитного поведения, надо не столько огорчаться и раздражаться, сколько проявлять терпение и, главное, любовь.

А как же справиться с этим причинами, которые приводят к нарушению психологического здоровья?

Существуют 3 фактора, которые позволяют родителям оказывать позитивное влияние на судьбу своих детей, а также на принимаемые ими решения.

1.***Взаимоотношения родителей***. Ребенок - плод взаимоотношений родителей. И любовь родителей друг к другу - это его жизненная основа, основа его уверенности в себе, в своей ценности. Если ребенок видит, что его родители любят друг друга, он чувствует себя в безопасности.

И еще важным моментом является личный пример родителей. Если с ребенком проблемы, то в первую очередь нужно анализировать себя и свои взаимоотношения в семье. Обычно дети зеркально отражают наши проблемы. Но пока мы сами не преодолеем эти проблемы, мы не сможем требовать этого от детей. Требуйте от себя вежливости, уважения к собственным родителям,

бесконфликтности, здорового образа жизни. Как известно, дети поступают не так, как мы им говорим, а так как поступаем мы сами.

2.***Создание безопасного климата в семье***. Атмосфера безопасности обеспечивается гармоничным сочетанием твердости и мягкости, труда и отдыха. Необходимо поощрять и хвалить детей для развития адекватной самооценки. Дом, где ребенок чувствует, что ему рады, что он вызывает интерес, что его уважают, его переживания разделены и он играет определенную нужную и важную роль, всегда будет притягивать его и поддерживать его уверенность в себе.

3.Фактор, который позволит родителям оказывать позитивное влияние на судьбу своих детей и на принимаемые ими решения это - ***эффективное общение с детьми***. Самая простая помощь состоит в создании у ребенка убежденности в том, что он хороший и что родители его любят, искренне радоваться малейшим успехам своего ребенка, интересоваться его делами, формировать веру в успех. При неудачах ребенка подчеркивать его достоинства, подкреплять уверенность в собственных силах, формировать перспективу. При критике сосредотачивайте внимание на конкретном поступке ребенка, не подвергайте критике личность ребенка в целом, не оскорбляйте, не унижайте его достоинства: вместо «Какой ты растяпа, вечно все роняешь!», лучше сказать: «В следующий раз будь, пожалуйста, поаккуратнее».

Если же ребенок такой помощи не получает, то скрываемое представление о своей неполноценности, ущербности, усиливает в его характере замкнутость, робость или враждебность к окружающим. В таких условиях необходимость компенсации делает ребенка эгоцентричным: он все время хочет быть в центре внимания и непрерывно требует признания своих достоинств. Это раздражает общающихся с ним, и поэтому ребенок находится в постоянном конфликте с родителями, воспитателями и учителями.

Поскольку психологическая безопасность ребенка – условие жизненной успешности и гарантия благополучия человека в жизни, очевидно, что родителям не стоит экономить силы на ее обеспечение в детстве.

У детей существует колоссальная потребность в родителях. Поэтому важно уделять время ребенку, проявлять интерес к жизни ребенка. Спрашивать, как прошел день, что он думал, переживал, чувствовал. Выслушивать своих детей предельно внимательно, о чем бы они ни говорили. Рассказывает – значит, доверяет вам. Важно не потерять этого доверия.

……