

## **Консультация для родителей** **«Как воспитать осторожных и уверенных детей?»**

Современные родители хотят быть в курсе самых различных проблем в развитии ребенка, одной из актуальных проблем является безопасность детей. Мы все чаще сталкиваемся с новыми неожиданными проблемами, угрожающими безопасности детей: дорожно-транспортные происшествия, насилие, наркомания... Дети подвергаются сильным стрессам, да и взрослые не всегда им могут противостоять. Детство, которое проживают наши дети, существенно отличается от нашего детства. Нам нужно помочь детям, подросткам оценивать меру безопасности и оставаться свободными и уверенными в трудных жизненных ситуациях.

Современные родители утверждают, что они воспитывают своих детей в более строгих ограничениях и рамках, чем воспитывали их самих. Рост информации о преступности, совершаемой против детей и подростков, усиливают опасения родителей по поводу безопасности своих детей, появляется страх родителей, что дети могут быть похищены, подвергнутся насилию или попасть под влияние дурной компании.

Родители, кажется, принимают все необходимые меры: устанавливают строгий «комендантский час», запрещают играть на улице с наступлением темноты, просят информировать детей о месте их нахождения, постоянно быть на связи.

Противоречие между базовым доверием к взрослым и современными требованиями: «Не бери конфеты у чужого человека», «Не разговаривай с незнакомцем» — все они формируют у детей не столько безопасное поведение, сколько страх и тревожность.

### **Что значит «защищать детей»?**

Родители, стремясь защитить детей, стараются находиться постоянно рядом с ними. Но это «срабатывает» лишь до определенного возраста. Некоторые родители стремятся слишком сильно опекать детей, контролировать любой их шаг. Другие, напротив, позволяют детям слишком многое, твердо веря, что с их ребенком ничего дурного не может случиться. Обе эти позиции имеют один результат — формируют повышенную уязвимость детей.

Дети, находящиеся под чрезмерной опекой, не могут выработать собственные инстинкты защиты, у них не формируются навыки для распознавания опасных, угрожающих жизни ситуаций. Гиперопекаемые дети безгранично верят всем взрослым, у них не формируется критичность в восприятии информации, они сомневаются в своих действиях и поступках, слишком полагаются на подсказки взрослых.

Мотивы сверх заботы родителей о детях связаны с тревожностью и страхами, либо основаны на желании ощущать власть над ребенком. Нередко родительская опека усиливается, когда дети становятся более независимы, переходят в подростковый возраст. Такая позиция родителей формирует

чувство беспомощности, у подростка снижается самооценка, появляется неуверенность, все это не помогут ребенку защититься в ситуации опасности, фактически, эти качества повышают для таких детей риск стать жертвой.

Некоторые подростки протестуют и бунтуют против повышенной опеки и контроля родителей, чтобы доказать родителям, что страхи их не обоснованы, они намеренно подвергают себя опасности и риску, порой, даже не осознавая этого.

Попустительский тип родительского воспитания предоставляет детям много свободы, родители возлагают на детей ответственность большую, чем они могут вынести, взрослые переоценивают способность детей учиться методом «проб и ошибок». Подход «один раз и не больше» чреват рисками и трагедиями. Вот, например, чтобы родители смогли спокойно отпускать одного ребенка в школу, ребенок для сохранения собственной безопасности должен владеть следующими навыками: уметь оценивать окружающую обстановку с позиции опасности/безопасности; уметь безопасно общаться с незнакомцами; уметь следовать заданным правилам (переходить улицу на переходах, не срезать путь по безлюдным местам и др.); уметь выдерживать напор старших (не отвечать, не вступать в разговор и др.).

Если у ребенка начальной школы нет этих навыков — отпускать его одного в школу является риском, поэтому необходимо предусмотреть возможные варианты: провожать и встречать ребенка, прививая необходимые навыки в пешей прогулке (дороге до школы), отвозить и забирать ребенка на машине, найти компетентного взрослого (брата, сестру, бабушку, няню) для сопровождения ребенка.

### **Обучение ребенка личной безопасности**

Обучение ребенка личной безопасности включает три шага.

#### **✓ 1 шаг. Показывайте детям пример.**

Родители вольно или невольно подают детям пример. Это в полной мере относится к формированию навыков безопасного поведения, и здесь нет мелочей. Дети от рождения очень наблюдательны, а механизм подражания, который заложен всем людям от рождения, помогает на уровне подражания легче осваивать социальные умения. Безопасность поведения на дороге во многом копируется ребенком с модели поведения родителей, поэтому если родители не только говорят о правилах дорожной безопасности, но и сами их выполняют, такое поведение для ребенка становится нормой. Так происходит во всех ситуациях, требующих безопасности. Дети как бы «сканируют» родителей на проявление риска, невнимательности и безответственности. Для них важна каждая ситуация: как взрослые разговаривают с незнакомцем по телефону, как реагируют на визит незнакомца, как общаются в социальных сетях, в какой манере водят автомобиль и многое другое.

Еще одним важным аспектом, связанным с демонстрацией примеров безопасного поведения, является отношение родителей к разнообразным ситуациям, в которых оказываются дети, когда родители находятся поблизости. Вот примерные ситуации, в которые чаще всего попадают родители, задавая вопрос: «Разрешать или не разрешать?».

### **1 ситуация**

Незнакомый взрослый доброжелательно смотрит на вашего трехлетнего ребенка, делает комплимент и хочет коснуться малыша.

#### *Действия родителей*

Многие взрослые считают, что если находятся рядом, то контролируют ситуацию. Однако, необходимо, чтобы малыш сам научился обеспечивать собственную безопасность, поэтому произнесенные слова: «Я знаю, что вы не хотите обидеть моего ребенка, но, пожалуйста, не трогайте его», – будут уместны.

### **2 ситуация**

Ваш семилетний сын хочет поиграть во дворе один.

#### *Действия родителей*

Разрешить поиграть с другом, которого вы знаете, до тех пор, пока оба соблюдают правила безопасности.

### **3 ситуация**

Ваша родственница, помогающая приглядывать за малышами четырех и семи лет, сообщила, что не сможет прийти, а вам нужно срочно уйти на встречу. Ваш десятилетний сын предлагает присмотреть за братьями.

#### *Действия родителей*

Не нужно говорить сыну, что он еще мал, лучше поискать ему в помощь ответственного взрослого, более старшего приятеля или старшего подростка. Такое решение не обидит вашего старшего сына и обезопасит ситуацию.

### **4 ситуация**

Ваша восьмилетняя дочь чрезвычайно нервничает из-за предстоящей ночевки в доме родственников (подруги).

#### *Действия родителей*

Если обычно ночевка у родственников (в доме подруги) не беспокоит ребенка, разрешить самому выбрать — идти или нет. Поговорить с ребенком о причинах беспокойства.

### **Основные выводы**

- ✓ Вмешивайтесь в ситуацию, говорите и действуйте в пользу вашего ребенка.
- ✓ Знайте о возможной реакции вашего ребенка.
- ✓ Уважайте чувства вашего ребенка, как бы они не выражались.
- ✓ Поощряйте проявление большей самостоятельности и ответственности, контролируйте ребенка до тех пор, пока он не будет готов к большей ответственности.
- ✓ Определяйте категорично и четко границы дозволенного.

### **2 шаг. Поддерживайте доверительные отношения со своим ребенком.**

Ребенку важно знать, что родители в ситуации опасности всегда будут на его стороне и не подвергнут критике и сомнениям действия ребенка, не обвинят его во всем случившемся. Дети очень чувствительны не только к тому, что говорят или делают родители, но и как говорят и как реагируют на рассказ ребенка. Чтобы не говорили родители ребенку и какими искренними не казались, ребенок принимает окончательное решение о том, насколько можно

доверять только на основе собственных наблюдений. Суровая критика родителями поступков детей, беспомощность родителей при первом упоминании о неприятностях, связанных с действиями ребенка, запрет на обсуждение некоторых тем, — все это блокирует желание ребенка делиться важной информацией, связанной с безопасностью самого ребенка.

Еще один способ заставить ребенка почувствовать свою ненужность и проблемность – пренебрежение родителей к обычным детским страхам – боязни темноты, страху остаться одному и др.

#### *Действия родителей*

Внушать ребенку, чтобы он делился своими опасениями, поскольку вместе вы сможете справиться с любой проблемой.

### **3 шаг. Искусство слушать.**

Родители часто торопятся, бывают очень заняты или озабочены решением проблем и часто слушают детей вполуха. Иногда дети разочарованно говорят взрослым: «Ты не слушаешь!» или просто перестают говорить. Отвлекаясь, выполняя множество дел одновременно и слушая ребенка, родители нередко упускают важную информацию. Лучше всего слушать детей не только ушами, но и глазами, слушать и следить за их состоянием, мимикой, жестами, это поможет взрослым уловить важную информацию, прячущуюся в потоке слов. Если родители не могут в данный момент уделить время и внимание своему ребенку, необходимо сказать, в какое время можно поговорить и обсудить все, что его волнует.

#### *Действия родителей*

Слушайте на двух уровнях: слушайте, о чем говорят ваши дети и о чем умалчивают. В этом поможет соблюдение шести правил искусного слушания.

- ✓ Сосредоточьтесь и устраните отвлекающие моменты (выключите телевизор, отложите газету, поставьте телефон на беззвучный режим).
- ✓ Повернитесь к вашему ребенку.
- ✓ Поддерживайте зрительный контакт. Доброжелательно смотрите в глаза ребенка.
- ✓ Выразите мимикой и голосом заботу и сочувствие.
- ✓ Проявляйте активность и интерес. Реагируйте краткими замечаниями, показывайте внимание, ободряйте ребенка в его желании поделиться мыслями и чувствами.
- ✓ Сформулируйте ребенку проблему на основе понятых вами переживаний ребенка, здесь важно ориентироваться на чувства и эмоции детей, а не на собственное эмоциональное состояние, которое вызвал рассказ ребенка.

**Эти три шага на пути к безопасности ребенка** должны сделать родители, чтобы воспитать в своих детях осторожность, уверенность и ответственность — основу его безопасного поведения.

Предлагаем обсудить с ребенком «Основные правила безопасности и действия ребенка в случаях возникновения угрозы»:

**«Будь в безопасности!» или 10 советов о том, как избегать опасных ситуаций и что делать, если ты в них попал**

1. Мы знаем, что тебя окружают близкие, родные люди – это твоя семья, родственники, учителя. Ты знаешь этих людей и можешь им доверять, обращаться к ним за помощью и советом. Совет — будь на связи с родителями, родственниками, учителями.
2. К сожалению, в мире есть не только хорошие люди, но и плохие. Никто не сможет отличить внешне плохого человека от хорошего. Иногда за добротой, доброжелательным вниманием к тебе, красивой внешностью скрывается человек со злыми намерениями. Совет — не вступай в диалог с любым незнакомым взрослым, игнорируй его внимание к тебе.
3. Если незнакомый взрослый предлагает тебе всякие вкусности, подарки, знай, что ты в опасности. Плохие взрослые это делают, чтобы вызвать доверие и войти в контакт. Совет — не бери угощений и подарков от незнакомых людей. Позвони родителям, если тебе их предлагают.
4. Если незнакомый взрослый хочет увести тебя в другое место, предлагает показать новую игру в компьютере, фильм, либо что-то другое, знай. Что ты в опасности. Совет — не уходи с незнакомым взрослым из людных мест, не разговаривай с незнакомцем и обязательно позвони родителям.
5. Если ты оказался в безлюдном месте с незнакомым человеком, который хочет увести тебя, предлагает подарки, ничего не бери, не разговаривай и не иди с незнакомцем. Совет — беги, кричи, сопротивляйся, привлекай внимание других людей.
6. Если незнакомец просит тебя о помощи, знай, что преступники так хотят выйти на контакт с тобой, пользуются твоей добротой, знай, что незнакомые взрослые не обращаются за помощью к детям. Совет — не вступай в разговор, не соглашайся помогать незнакомцу, позвони родителям.
7. Если ты видишь, что по улице за тобой идет незнакомый взрослый, и тебе страшно, значит, ты в опасности. Совет — не заходи в подъезд дома, оставайся на улице, обратись к другим людям с просьбой проводить тебя до квартиры, либо дождись, когда в подъезд зайдет другой человек. Иди вместе с ним.
8. Если ты зашел в подъезд, а следом зашел незнакомый взрослый, и тебе страшно, значит, ты в опасности. Совет — не садись в лифт, звони или стучи в любую, даже в незнакомую квартиру, проси о помощи, кричи.
9. Если незнакомый взрослый предлагает тебе сесть в машину и прокатиться, значит, ты в опасности. Совет — не садись в машину, упирайся, кричи, зови на помощь.
10. Если ты видишь, что твой друг разговаривает с незнакомым для него человеком, либо уходит вместе с ним, значит, он в опасности. Совет — обратись за помощью к окружающим людям, позвони своим родителям и расскажи об этом.

**И главное — помни, твоя безопасность зависит от тебя!**