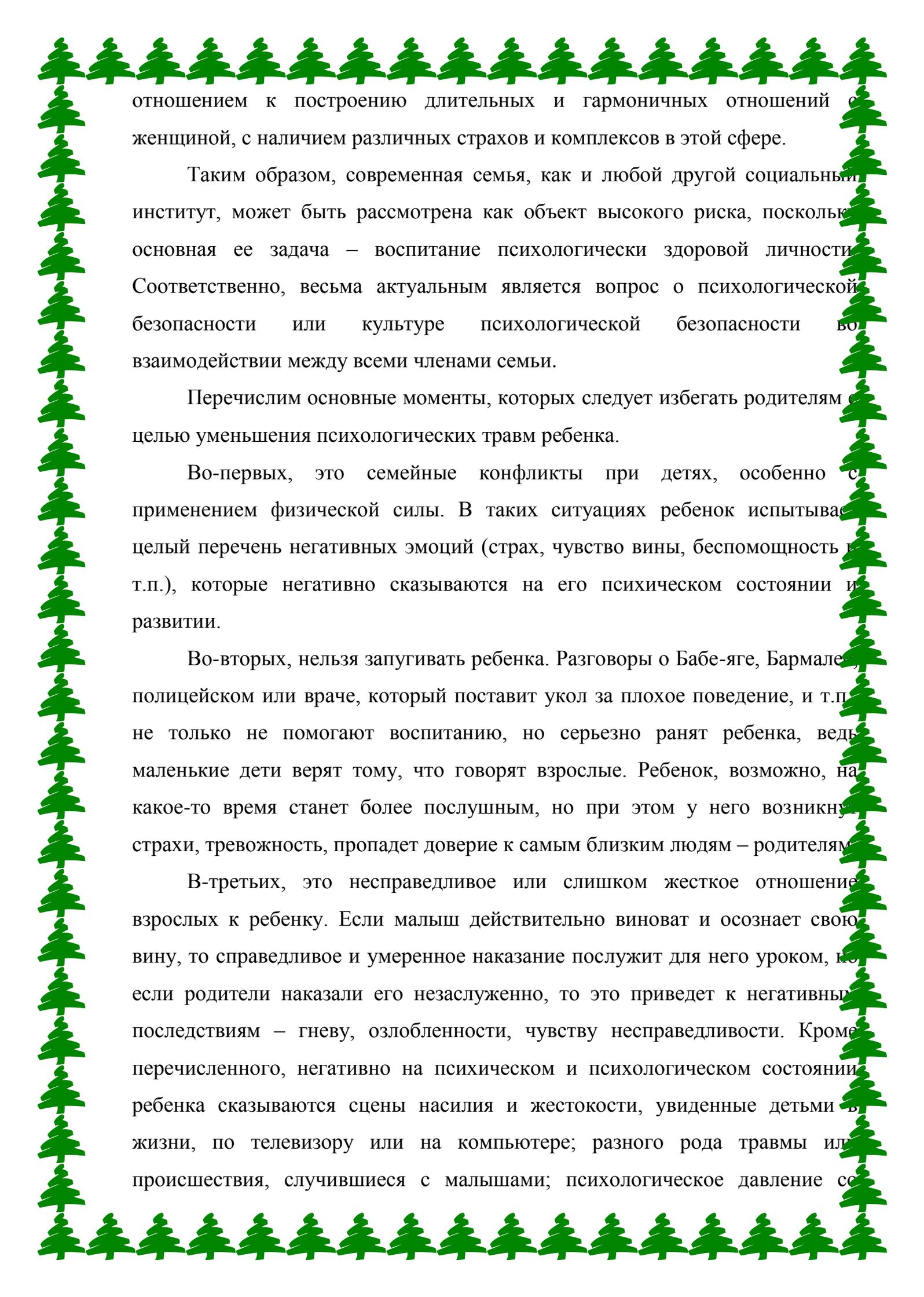


Психологическая безопасность ребенка в семье

Безопасность — это явление, без которого не могут нормально развиваться ни личность, ни социальная организация, ни общество в целом. Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через категории «психическое здоровье» и «угроза» и трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие личности и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы ее психическому здоровью. Так, например, под психологической безопасностью образовательной среды понимается такое ее состояние, которое свободно от проявлений психологического насилия во взаимодействии, способствует удовлетворению потребностей в личностно-доверительном общении, создает референтную значимость среды и обеспечивает психическое здоровье включенных в нее участников. На наш взгляд, эти характеристики можно в полной мере использовать и при раскрытии сущности понятия «психологическая безопасность семьи». Само содержание понятия «безопасность» означает отсутствие опасностей или возможность надежной защиты от них. Соответственно, понятие «опасность» рассматривается как наличие и действие различных факторов, которые дестабилизируют жизнедеятельность ребенка, угрожают развитию его личности. Большинство проблем, возникающих у взрослого человека, берет свое начало из детства. Ближайшее окружение ребенка (родители, бабушки и дедушки, воспитатели в детском саду, старшие братья и сестры, соседи и случайные люди) вольно или невольно становятся причиной более или менее серьезных психологических травм у детей. Страшный сюжет по телевизору или в интернете также может стать основой психического нарушения, которое в детстве, возможно, будет не столь заметно, а в зрелом возрасте даст о себе знать различными фобиями, комплексами, нездоровыми склонностями, неврозами. Особенность мышления и восприятия мира у детей такова, что



психологический шок может наступить даже не от реальных действий окружающих по отношению к самому ребенку, а лишь от каких-то слов или событий, происходящих рядом. При этом, чем сильнее действующий негативный фактор, тем менее эффективными оказываются встроенные механизмы психологической защиты. Ребенок может впасть в состояние полной безысходности, его привычный, стабильный, безопасный мир рухнет и превратится на какой-то миг в кошмар. Пережитый страшный опыт оставляет неизгладимый след на всю оставшуюся жизнь. Примеры травмирующих критических ситуаций можно приводить множество: например, малыша в наказание закрыли одного в комнате, или он увидел, как отец бьет мать, или его очень напугала большая собака. Еще одной особенностью становления личности в детстве является то, что далеко не всегда требуется какая-то чрезвычайная ситуация, чтобы нарушить ход нормального психического и психологического развития ребенка. Зачастую достаточно постоянного негативного воздействия со стороны взрослых, которые своим преднамеренным или непреднамеренным поведением внушают малышу ложную модель поведения. Впоследствии это может привести к искаженным представлениям ребенка об окружающем мире, к неверным представлениям о самом себе, затруднить в целом процесс социализации ребенка. Причем в подростковый период психические травмы, полученные в младшем возрасте, могут проявиться самым неожиданным и негативным образом. Родители часто даже не могут понять первопричины такого поведения, заявляя «и откуда он у нас такой». Например, ребенок-дошкольник, приходя домой из детского сада, на свои заявления о том, что он любит какую-то девочку, в ответ слышал лишь смешки со стороны взрослых. Затем он видит отсутствие взаимопонимания между собственными родителями, что только способствует формированию неверных представлений о человеческих ценностях. А если к этому добавится личный негативный опыт взаимоотношений подростка с противоположным полом, то во взрослую жизнь человек скорее всего войдет с отрицательным



отношением к построению длительных и гармоничных отношений с женщиной, с наличием различных страхов и комплексов в этой сфере.

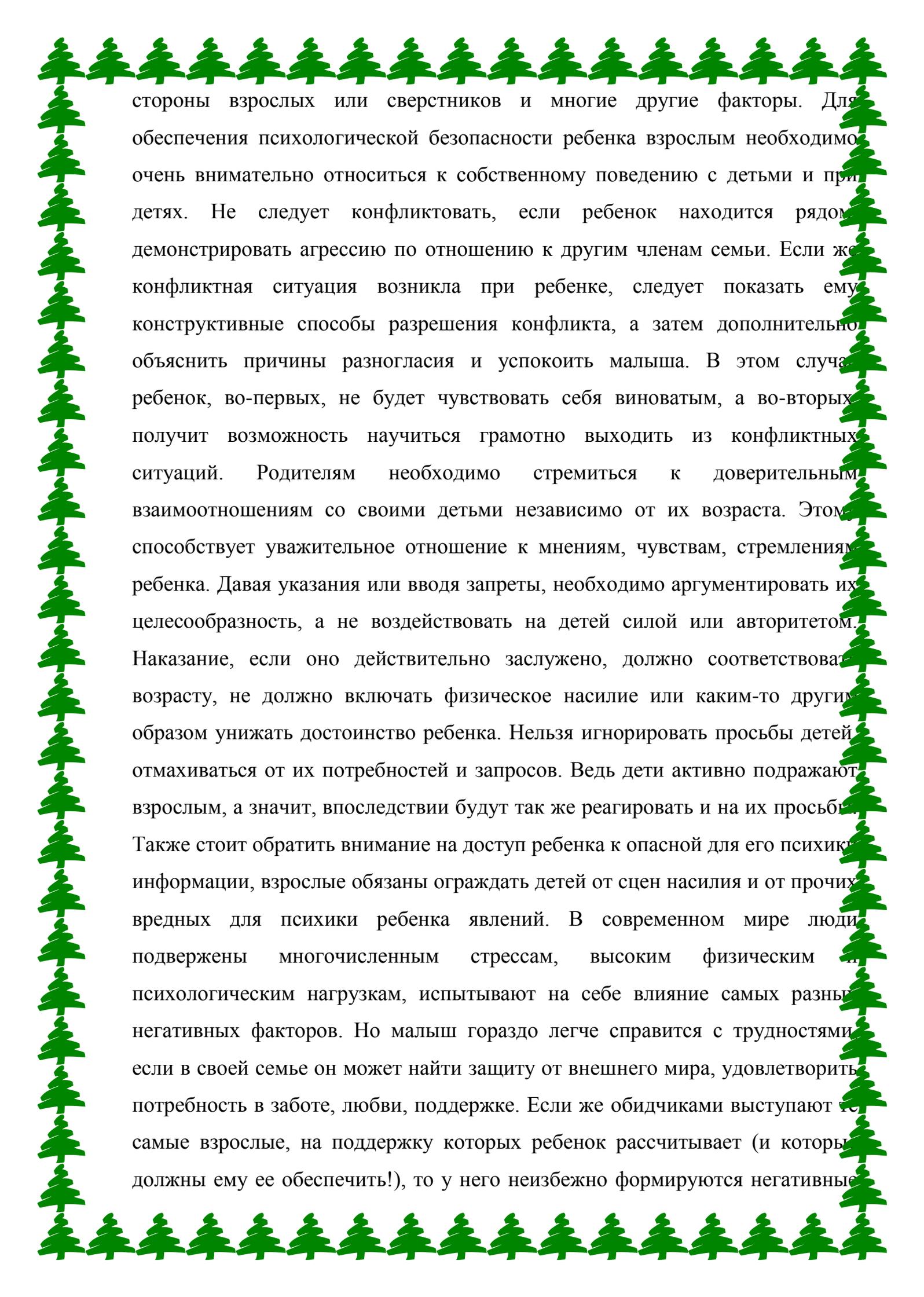
Таким образом, современная семья, как и любой другой социальный институт, может быть рассмотрена как объект высокого риска, поскольку основная ее задача – воспитание психологически здоровой личности. Соответственно, весьма актуальным является вопрос о психологической безопасности или культуре психологической безопасности во взаимодействии между всеми членами семьи.

Перечислим основные моменты, которых следует избегать родителям с целью уменьшения психологических травм ребенка.

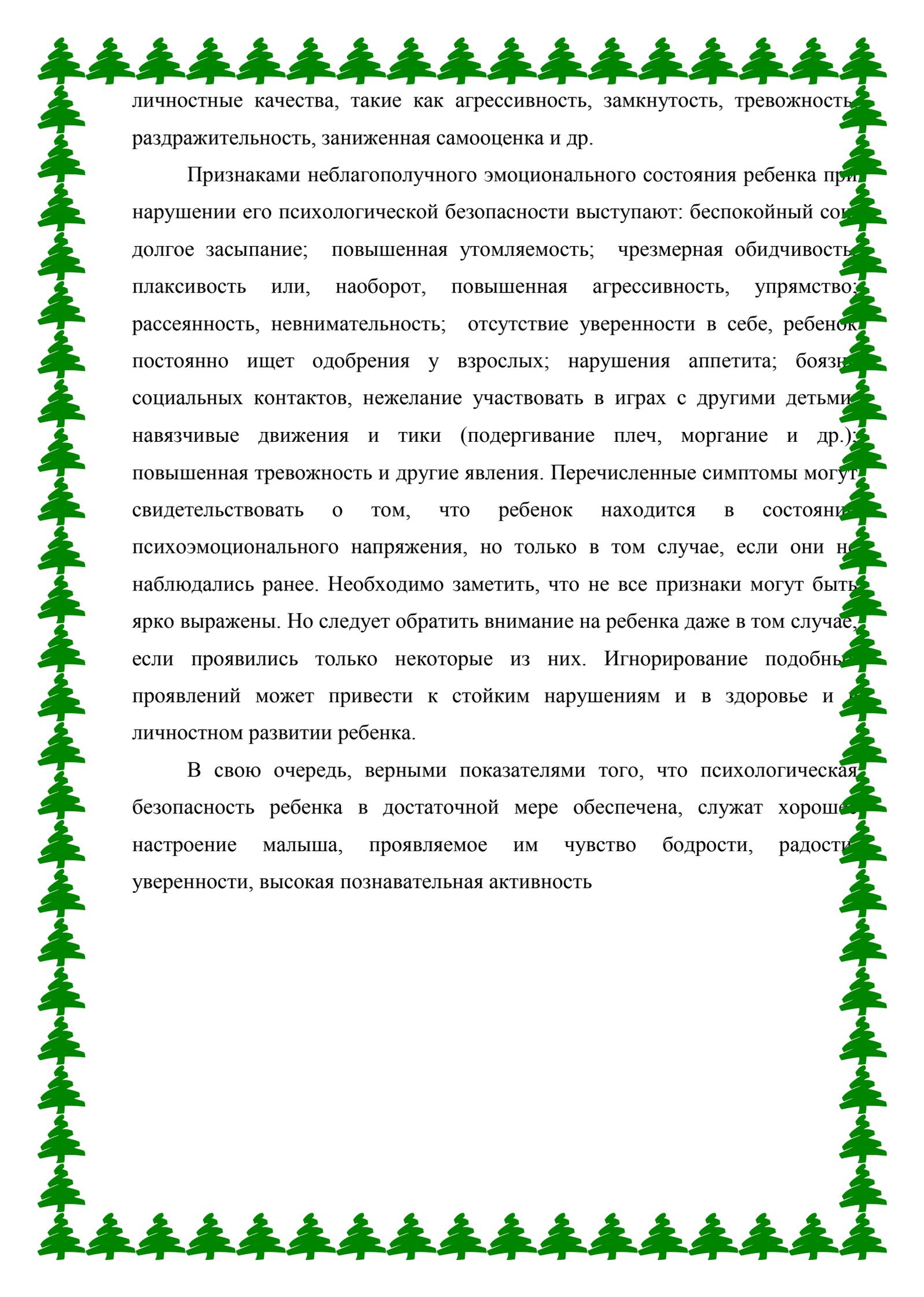
Во-первых, это семейные конфликты при детях, особенно с применением физической силы. В таких ситуациях ребенок испытывает целый перечень негативных эмоций (страх, чувство вины, беспомощность и т.п.), которые негативно сказываются на его психическом состоянии и развитии.

Во-вторых, нельзя запугивать ребенка. Разговоры о Бабе-яге, Бармалее, полицейском или враче, который поставит укол за плохое поведение, и т.п. не только не помогают воспитанию, но серьезно ранят ребенка, ведь маленькие дети верят тому, что говорят взрослые. Ребенок, возможно, на какое-то время станет более послушным, но при этом у него возникнут страхи, тревожность, пропадет доверие к самым близким людям – родителям.

В-третьих, это несправедливое или слишком жесткое отношение взрослых к ребенку. Если малыш действительно виноват и осознает свою вину, то справедливое и умеренное наказание послужит для него уроком, но если родители наказали его незаслуженно, то это приведет к негативным последствиям – гневу, озлобленности, чувству несправедливости. Кроме перечисленного, негативно на психическом и психологическом состоянии ребенка сказываются сцены насилия и жестокости, увиденные детьми в жизни, по телевизору или на компьютере; разного рода травмы или происшествия, случившиеся с малышами; психологическое давление со



стороны взрослых или сверстников и многие другие факторы. Для обеспечения психологической безопасности ребенка взрослым необходимо очень внимательно относиться к собственному поведению с детьми и при детях. Не следует конфликтовать, если ребенок находится рядом, демонстрировать агрессию по отношению к другим членам семьи. Если же конфликтная ситуация возникла при ребенке, следует показать ему конструктивные способы разрешения конфликта, а затем дополнительно объяснить причины разногласия и успокоить малыша. В этом случае ребенок, во-первых, не будет чувствовать себя виноватым, а во-вторых, получит возможность научиться грамотно выходить из конфликтных ситуаций. Родителям необходимо стремиться к доверительным взаимоотношениям со своими детьми независимо от их возраста. Это способствует уважительное отношение к мнениям, чувствам, стремлениям ребенка. Давая указания или вводя запреты, необходимо аргументировать их целесообразность, а не воздействовать на детей силой или авторитетом. Наказание, если оно действительно заслужено, должно соответствовать возрасту, не должно включать физическое насилие или каким-то другим образом унижать достоинство ребенка. Нельзя игнорировать просьбы детей, отмахиваться от их потребностей и запросов. Ведь дети активно подражают взрослым, а значит, впоследствии будут так же реагировать и на их просьбы. Также стоит обратить внимание на доступ ребенка к опасной для его психики информации, взрослые обязаны ограждать детей от сцен насилия и от прочих вредных для психики ребенка явлений. В современном мире люди подвержены многочисленным стрессам, высоким физическим и психологическим нагрузкам, испытывают на себе влияние самых разных негативных факторов. Но малыш гораздо легче справится с трудностями, если в своей семье он может найти защиту от внешнего мира, удовлетворить потребность в заботе, любви, поддержке. Если же обидчиками выступают самые взрослые, на поддержку которых ребенок рассчитывает (и которые должны ему ее обеспечить!), то у него неизбежно формируются негативные



личностные качества, такие как агрессивность, замкнутость, тревожность, раздражительность, заниженная самооценка и др.

Признаками неблагополучного эмоционального состояния ребенка при нарушении его психологической безопасности выступают: беспокойный сон, долгое засыпание; повышенная утомляемость; чрезмерная обидчивость, плаксивость или, наоборот, повышенная агрессивность, упрямство; рассеянность, невнимательность; отсутствие уверенности в себе, ребенок постоянно ищет одобрения у взрослых; нарушения аппетита; боязнь социальных контактов, нежелание участвовать в играх с другими детьми; навязчивые движения и тики (подергивание плеч, моргание и др.); повышенная тревожность и другие явления. Перечисленные симптомы могут свидетельствовать о том, что ребенок находится в состоянии психоэмоционального напряжения, но только в том случае, если они не наблюдались ранее. Необходимо заметить, что не все признаки могут быть ярко выражены. Но следует обратить внимание на ребенка даже в том случае, если проявились только некоторые из них. Игнорирование подобных проявлений может привести к стойким нарушениям и в здоровье и личностном развитии ребенка.

В свою очередь, верными показателями того, что психологическая безопасность ребенка в достаточной мере обеспечена, служат хорошее настроение малыша, проявляемое им чувство бодрости, радости, уверенности, высокая познавательная активность