

Психологическая безопасность ребенка в семье

Детство является таким периодом в жизни каждого человека, когда закладываются основы личностной активности и личностные свойства, ценности, определяющие качества будущей жизни. Одновременно это такой жизненный опыт, когда ребенок и как человек и как личность наименее защищен от социального психологического и физического насилия.



В конвенции ООН говорится о том, что ребенок обладает личными правами

Неотъемлемое право на жизнь, выживание и здоровое развитие (ст. 6).

На сохранение своей индивидуальности (ст. 8).

На свободное выражение своих взглядов по всем вопросам, затрагивающим ребенка (если он способен их сформулировать) (ст. 12).

На защиту от всех форм физического и психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, грубого обращения или эксплуатации, от пыток и жестокости, бесчеловечных или унижающих достоинство видов обращения (ст. 19, 33, 34, 35, 37).

Согласно Конвенции ООН, под жестоким обращением с ребенком понимаются любые действия или бездействия по отношению к ребенку со стороны родителя или других взрослых, в результате чего нарушаются здоровье и благополучие ребенка или создаются условия, мешающие его физическому и психическому развитию, ущемляются его права и свобода. В документе говорится о необходимости обеспечения защиты ребенка от всех форм злоупотреблений физического или психологического насилия.

Психологическое насилие в семье имеет следующие проявления: употребление родителями бранных слов и крика, оскорбления или унижения его достоинства, ложь и невыполнение обещаний со стороны взрослых, неясные угрозы, предъявление ребенку чрезмерных требований не соответствующих его возрасту. Любая из перечисленных форм психологического насилия может привести к формированию у ребенка патологических черт характера, расстройств эмоциональной сферы (страхи, энурезы, невротические тики, нарушения сна) что в целом нарушает благоприятное развитие личности ребенка.

Чтобы обеспечить психологическое здоровье дошкольника необходимо:

1. Спокойный, доброжелательный психологический климат.

2. Правильно организованный режим дня - домашний режим ребенка должен быть продолжением режима дня детского сада.
3. Полноценное питание - включение в рацион продуктов, богатых витаминами А, В, С, Д, минеральными солями.
4. Закаливание ребенка в условиях семьи.
5. В выходные дни обязательно выходить с детьми на прогулку. Пусть на прогулке ребенок больше двигается, играет в подвижные игры.
6. Важно помнить, что игра является ведущей деятельностью дошкольника, так что не лишайте ребенка детства.

Создание благоприятного психологического климата в семье

1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с Вами спокойно и уверенно:
 - слушайте своего ребенка;
 - проводите с ним как можно больше времени;
 - делитесь с ним своим опытом;
 - рассказывайте ему о своем детстве, победах и неудачах.
2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда Вы находитесь под воздействием стресса и Вас легко вывести из равновесия:
3. Рекомендуем с самого начала строить взаимоотношения с ребенком на фундаменте согласия и взаимопонимания.
4. Постарайтесь уберечь ребенка от возможных конфликтов между взрослыми: даже если назревает какая-то ссора, ребенок не должен видеть ее, а тем более быть участником.