

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Важнейшим условием полноценного развития ребенка, сохранения и укрепления его психологического здоровья является психологическая безопасность, то есть это такое состояние, когда ребенку обеспечено успешное психическое развитие. Само содержание понятия безопасность означает отсутствие опасностей или возможность надежной защиты от них.

Предусмотреть возникновение опасности довольно сложно. В настоящее время нет достаточно обоснованной и подробной общей классификации угроз психологической безопасности и возможных источников их в школе. Основные источники угроз психологической безопасности личности можно условно разделить на две группы: внешние и внутренние.

Необходимо знать основные источники угрозы психологической безопасности ребенка и по мере сил совместно с педагогами, психологами их устранять. Источники угрозы психологической безопасности ребенка условно можно разделить на две группы: внешние и внутренние.

Внешние источники:

Физические:

- нерациональность и скудность питания, его однообразие и плохая организация;
- несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений и, в первую очередь, отсутствие режима проветривания;

- враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, не продумано цветовое и световое оформление пространства;
- отсутствие необходимых условий для реализации естественной потребности в движении.

Социальные:

- 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 принятии решений, так и в поступках;
- межличностные отношения детей с другими детьми; интеллектуальные, физические и психоэмоциональные перегрузки из-за неправильно построенного режима дня детей, однообразие будней.
- неправильная организация общения. Преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых.
- отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.



Внутренние источники:

- ✓ сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения;
- ✓ сознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности. Это способствует формированию комплекса неполноценности и зарождению такого, например, отрицательного чувства, как зависть.
- ✓ отсутствие автономности. Прямая зависимость во всем от взрослого,

рождающая чувство беспомощности, когда приходится действовать самостоятельно.

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

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. Это может привести к психологическому срыву.



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

✓ 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 проявлении упрямства и повышенной тревожности;

Для обеспечения психологической безопасности ребенка и создания психологического комфорта можно использовать следующее:

— гимнастика, массаж, водные процедуры, специальные оздоровительные игры;

— аромо- и фитотерапию путем подбора специальных растений и цветового решения интерьера, способствующих снятию напряжения (корица, ваниль, мята);

— работу с природными материалами — глиной, песком, водой, красками. Арттерапия (лечение искусством, творчеством) увлекает детей, отвлекает от неприятных эмоций, подключает эмоциональные резервы организма;

— музыкальную терапию.

Материал подготовила педагог-психолог
Соколова Юлия Александровна
МЫ РАДЫ ВАМ ПОМОЧЬ!