

Психологическая безопасность ребёнка в семье.

Важнейшим фактором становления личности ребёнка является **психологическая безопасность** - состояние, в котором человек чувствует себя защищённым на уровне своих эмоций, мыслей и поведения.



Психологическая безопасность во многом определяется эмоциональным климатом семьи, в которой растёт ребёнок. Именно семья должна обеспечивать развивающий компонент и состояние психологической защищённости.

Основные причины нарушения психологической безопасности ребёнка в семье:

1. **Дефицит внимания к ребёнку в семье.** Когда ухоженный, вовремя накормленный, заботливо одетый ребёнок может оказаться внутренне одиноким, психологически безнадзорным, поскольку до его настроения, переживаний, интересов никому нет дела.
2. **Психологическая безнадзорность в сочетании с гиперопекой.** Там, где всё определяется наставлениями и инструкциями, не остаётся места для нравственности.
3. **Напряжённая жизнь, стрессовые ситуации,** в тех семьях, где происходит разлад между родителями.

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

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

Факторы, которые позволяют родителям оказывать позитивное влияние на судьбу своих детей.

1. **Взаимоотношения родителей.** Любовь родителей друг к другу - жизненная основа детей, основа его уверенности в себе, в своей ценности. У любящих родителей, ребенок чувствует себя в безопасности.



2. **Создание безопасного климата в семье.** Атмосфера безопасности обеспечивается гармоничным сочетанием твёрдости и мягкости, труда и отдыха. Необходимо поощрять и хвалить детей для развития адекватной самооценки.

3. **Эффективное общение с детьми.** Самая простая помощь состоит в создании у ребёнка убежденности в том, что он хороший и что родители его любят, искренне радоваться малейшим успехам своего ребёнка, интересоваться его делами, формировать веру в успех. При неудачах ребёнка подчеркивать его достоинства, подкреплять уверенность в собственных силах.

Поскольку **психологическая безопасность ребёнка** - условие жизненной успешности и гарантия благополучия человека в жизни, родителям не стоит экономить силы на её обеспечение в детстве.



У детей существует колоссальная потребность в родителях. Поэтому важно уделять время ребёнку, проявлять интерес к жизни ребёнка. Спрашивать, как прошел день, что он думал, переживал, чувствовал. Выслушивать своих детей предельно внимательно, о чём бы они ни говорили. Рассказывает - значит, доверяет вам.