Правила детской безопасности. «Крик – твое спасение!».

Крик (согласно толковому словарю русского языка под ред. Д. Н. Ушакова) 1. Громкий, резкий звук голоса, громкое восклицание. 2. Упреки, нападки в повышенном тоне. 3. Выражение сильного чувства, переживания.

Жизнь каждого человека начинается с крика. Самого первого. Самого важного. Крик новорожденного – это реакция на различные раздражители (голод, дискомфорт, боль). Потом мы учим ребенка разговаривать, выражать свои эмоции словами и крик воспринимается как способ снятия нервного напряжения. Визги и крики на школьных переменах – это естественная реакция детей на чрезмерное нервно-психическое напряжение на трудных уроках.

Воспитание ребенка – длительный, трудоемкий и не всегда гладкий процесс, в течении которого мы формируем его личность и даем ему базовые установки для жизни. Именно поэтому так важно применять в ходе воспитательных действий только правильные методы и отказываться от вредных, например, крика, истерик, запугиваний и физических наказаний. Такие способы приводят к тому, что дети вырастают замкнутыми в себе, некоммуникабельными. Вместо того, чтобы научить ребенка основам безопасной коммуникации, мы учим детей не разговаривать с незнакомыми, ведь они могут украсть, причинить вред, сделать больно. Научите ребенка себя защищать! Каждая мама не раз одергивала своего ребенка, когда тот пытался выразить свое недовольство криком в магазине, в парке, в гостях. Взрослые, чаще всего, не задумываются, что ребенок по-другому в силу своего возраста не может выразить свои эмоции (он устал, хочет кушать или внимания). Родители начинают просить ребенка замолчать, не кричать, акцентируют внимание, что все на него смотрят, что ему должно быть стыдно за свое поведение. В результате наши дети вырастают замкнутые, они не способны, а точнее, они стесняются просить о помощи. Ребенок начинает бояться окружающих. Запуганный ребенок, который совершенно не умеет противостоять потенциальной опасности.

Родителям необходимо научить ребенка общаться и выстраивать границы, говорить «нет» и быть уверенным в себе, уметь избегать конфликтные ситуации, и в случае необходимости кричать, просить помощи у окружающих.

Родителям достаточно иметь четкий список запретов и всегда аргументировать их. Запреты должны быть подкреплены тем, что определенные действия могут нанести вред самому ребенку или окружающим. При этом все остальное нужно разрешать, ведь ему нужно познавать мир. Например, запрет выходить за пределы двора для малыша до 6 лет вполне обоснован, просто объясните ребенку, что это несет за собой ряд опасностей для его жизни.

Давайте конкретные инструменты безопасного взаимодействия, определения потенциально опасной ситуации и ухода от нее.

Малыши очень доверяют маме, они не могут проанализировать ситуацию, предугадать последствия, поэтому им достаточно, что сказала мама - «не трогать горячее», «не выбегать на дорогу», «не разговаривать с незнакомыми людьми». И это совершенно нормально. Маме надо объяснить ребенку, что если мы не знаем человека, то не сможем предположить, как он поведет себя в дальнейшем. В такой ситуации безопаснее будет переспросить родителя.

Детям постарше уже можно рассказать больше. Что бывают люди, которые делают плохие вещи. Но, на самом деле, их не много. Нужно быть осторожным, потому что по внешности и поведению человека невозможно понять его настоящие намерения. Чтобы ребенок понял это, нужно дать ему возможность попробовать на примере сказок и сюжетно-ролевых игр определить, кто положительный герой, а кто отрицательный. Подобрать сюжеты, когда человек кажется хорошим, а потом неожиданно совершает плохие поступки. Дать ребенку самому сделать вывод о непредсказуемости поведения других людей.

Родители должны научить ребенка:

1. Отпрашиваться, ставить в известность, предупреждать родителей с кем и куда идешь. Сейчас у каждого есть телефон, поэтому очень легко, в режиме реального времени, созвониться и обсудить запланированный поход в магазин, к подруге, и любые другие ситуации.

Ни в коем случае не ругайте ребенка, что он собирается не туда, не с тем с кем бы вам хотелось, не в то время. Услышав нравоучения, ребенок в следующий раз не будет вас предупреждать и может подвергнуться еще большей опасности.

2. Где безопасное место. Куда ему бежать при необходимости.

Если он вышел из школы — возвращаться обратно в школу, если из дома — домой. Если он один в городе — в ближайший магазин, людное место, где можно обратиться к сотруднику учреждения.

3. Соблюдать дистанцию.

Ребенок должен соблюдать физическую дистанцию. Он должен понимать, когда нарушается его личное пространство.

Беседовать с посторонними на таком расстоянии, на котором ребенку комфортно. Научиться не подпускать незнакомца близко к себе. Важно

объяснить ребенку, где заканчивается его личное пространство и что вторжение другого человека в это личное пространство должно насторожить.

Разговор с посторонним человеком не должен быть длительным и подробным, ответы на вопросы должны быть короткими. После необходимо уходить в безопасное место.

4. Оценивать ситуацию.

Объясните ребенку, что взрослый никогда не будет просить помощи у ребенка, а родители никогда не пришлют незнакомого человека за ребенком.

5. Твоя безопасность только в твоих руках.

Дети привыкли, что за их безопасность всегда кто-то отвечает - родители, учителя в школе, тренер на секции. Это не так! В первую очередь ответственность за безопасность в руках самого ребенка.

Ребенку необходимо объяснять, что есть то, что принадлежит только ему – зубная щетка, расческа, одежда, комната, мысли, желания и СИТУАЦИИ, В КОТОРЫХ ПРИНИМАТЬ РЕШЕНИЕ БУДЕТ ТОЛЬКО ОН. Ребенку необходимо знать, что он имеет право сказать «нет» просто потому, что ему что-то кажется опасным и неприятным, не объясняя чужому человеку причину отказа.

Внушите ребенку, что необходимо обязательно что-то предпринять: кусаться, брыкаться, царапаться, убегать, если незнакомец настойчив. Прорепетируйте с ним такие ситуации.

6. Кричать.

Научите сына или дочь не стесняться привлекать к себе внимание в экстренных случаях. В случае опасности пусть кричит: «Помогите! Меня украли! Я не хочу идти с этим человеком!».

Мало кто из детей умеет кричать, когда это нужно. Ребенка обязательно надо этому учить. Но почему-то у нас это не принято. В общественных местах, дома, в гостях, на детской площадке, в школе ребенку постоянно повторяют «не кричи!», «тише!». Еще хуже, если с этими словами родители пытаются его еще и пристыдить. И что в итоге? Ребенок стесняется кричать, просить помощи, когда это так необходимо. Он боится, что его снова поругают.

Отдельно хочется отметить значение взрослых. Если вы видите, что рядом с вами на детской площадке, на остановке или в любом другом месте пытаются против желания ребенка совершить противоправные действия, поинтересуйтесь – знает ли ребенок постороннего, где его родители, с кем он пришел, нужна ли ваша помощь. Помните: «Чужих детей не бывает!».

Врач-методист отдела комплексных программ детского населения

ГБУЗ «ВРЦОЗиМП» В.И.Бойченко