

# Безопасность ребенка в современном мире

Важные правила и рекомендации специалиста

*О том, как научить ребенка заботиться о своей безопасности и действовать со знанием дела в экстренной ситуации, рассказывает старший преподаватель кафедры психологии и педагогики детства Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева Екатерина Улыбина.*

## **И в быту, и в жизни**

Часто, когда речь заходит о безопасности, первая ассоциация, которая возникает, — это правила дорожного движения или, например, обращения с горячими предметами или жидкостями. То есть прежде всего на ум приходят бытовые моменты, с которыми родители и дети сталкиваются ежедневно. С такими правилами безопасности детей знакомят так или иначе практически все мамы и папы.

Но, помимо бытовой, существует еще безопасность социальная, которой важно научить детей вне зависимости от того, как часто ребенок с ней сталкивается.

## **Говорим и обсуждаем**

Обычно обеспечение безопасности начинается с понимания того, возможно ли ограничить столкновение ребенка с опасностью. О чем речь? Если вы живете возле дороги с интенсивным движением, вы научите ребенка безопасному маршруту в обход или по двору. Когда в доме растет малыш, вы ставите заглушки на розетки, ограничители на окна, не оставляете в доступе горячие кастрюли и чайники и т. д.

А вот что касается нахождения ребенка в детском, взрослом или смешанном коллективе, самостоятельного выхода из дома, то здесь очень важно не только ограничить какие-либо возможные опасности, но и научить ребенка самостоятельно справляться со сложными ситуациями.

Первое, о чем стоит помнить, — необходимость говорить с ребенком о безопасности. Причем регулярно. Даже если малыш уже попадал в ситуацию опасности, вряд ли он воспроизведет полученный опыт в дальнейшем, если произошедшее не было проговорено и обсуждено со взрослыми.

Как, в каком объеме и в какой манере лучше говорить с ребенком о безопасности? Тут важно помнить о том, что подобный разговор — это не урок и не предмет, который следует ребенку преподавать, допустим, раз в неделю. Безопасное поведение родители должны демонстрировать детям своим собственным примером ежедневно.

## **Подаем пример**

Подобно тому, как мы учим малыша переходить улицу на зеленый свет или пользоваться прихваткой при обращении с горячей посудой (и сами так делаем!), необходимо знакомить ребенка с правилами социальной безопасности и самим поступать именно таким образом.

Можно сколько угодно говорить о том, что небезопасно заходить в лифт с незнакомыми людьми или нельзя брать из чужих рук конфеты и т. д., но если мы сами так поступаем, ребенок поймет, что это правило не обязательно для исполнения. Иными словами, безопасность родители должны транслировать собственным примером: заходим в лифт, обязательно убеждаемся в том, что за нами следом никто не зашел, вошли в подъезд — обязательно оглядываемся, закрылась ли за нами дверь.

Если мы общаемся с незнакомыми людьми в подъезде, мы должны сообщить ребенку, что это наши соседи, что мы знаем, из какой они квартиры, мы давно с ними знакомы.

### **Объясняем, но не пугаем**

Зачастую многие родители стремятся знания о безопасности подать в запугивающем виде, для того чтобы ребенок точно не нарушил правила. С точки зрения психологии такая подача может привести к противоположному результату.

Ребенка опасная ситуация может настолько поразить или напугать, что он полностью забудет о том, о чем говорили родители, растеряется и не сможет ничего предпринять. При этом у него останется след напряжения и тревоги, связанный с темой безопасности. Поэтому очень важно говорить с ребенком на эту тему, но объяснять следует, не запугивая, а аргументируя.

Многие родители, желая обезопасить своего ребенка, говорят ему о том, что нельзя ни в коем случае отходить от мамы. Такая установка может спровоцировать его на слитное взаимодействие с матерью вплоть до подросткового и даже взрослого возраста.

Некоторые родители идут еще дальше и просят знакомых помочь «подловить» сына или дочь, чтобы проверить, как они поведут себя в экстренной ситуации. Подобная «проверка» может ребенка сильно напугать и привести к разрушению доверия к взрослым и в первую очередь к родителям.

Для сохранения доверительных отношений необходимо прежде всего действовать с помощью аргументов, ни в коем случае ребенка не запугивать. И говорить о безопасности следует ежедневно.

### **Учим правила**

1. Отправляясь вместе с малышом в незнакомое место, необходимо обязательно ребенка сфотографировать, объясняя ему смысл данного действия: в экстренной ситуации фото поможет быстрее его отыскать.
2. Важно помнить о создании доверительных отношений с ребенком. Очень часто происходят ситуации, когда ребенок стесняется о чем-то рассказать взрослым, боится или просто не понял, что с ним произошло. Поэтому самое главное — это наличие доверительных отношений, когда ребенок может поделиться какой-то волнующей его ситуацией, а еще — отсутствие жестких ограничений и запретных тем, иначе ребенок побоится сообщить о том, что его беспокоит.
3. С детьми более раннего возраста важно правильно выбрать способ подачи информации. Детское восприятие построено таким образом, что сведения, излагаемые взрослым, не всегда осознаются ребенком напрямую. Часто родители или педагоги разговаривают с детьми на темы, по их мнению, важные, но не имеющие прямого отношения к детям. Ребенок учится избирательно воспринимать информацию, и когда она поступает в режиме ответа на вопрос, то малыш может

эту информацию не принять как важную, значимую. В младшем возрасте важно несколько раз проигрывать ситуации, о которых мы сообщаем ребенку, несколько раз обсуждать материал, приводить примеры и по большей части не рассказывать, а спрашивать.

4. Использовать для обучения игры. Например, лото «Что такое хорошо и что такое плохо». В игровой форме ребенок хорошо усваивает информацию, при этом не заикливаясь на плохом или страшном.
5. Для описания бытовых ситуаций можно взять сюжетные картинки, например, карточки из серии «Безопасность дома», которые можно с ребенком не просто посмотреть, но еще и обсудить, задав ему вопрос, как он должен действовать в той или иной ситуации.
6. Для обучения ребенка правилам социальной безопасности можно использовать такой инструмент, как психотерапевтическая сказка. Это история, сюжет, который так или иначе подходит по ситуации под проблему, о которой вы хотите рассказать малышу. Главным героем такой сказки или рассказа является персонаж, который по возрасту и по полу похож на самого ребенка.
7. Если вы не можете сочинить сказку самостоятельно, поможет серия книг Натальи Ремиш «Просто о важном» (МИФ, 2022). В них содержатся очерки о безопасности и рассуждения психологов о том, как ребенок может отреагировать на ту или иную ситуацию, почему реакция будет примерно такой и каких последствий стоит ожидать от произошедшего.
8. При выстраивании диалога необходимо ориентироваться на состояние ребенка. Если малыш уже утомился и не хочет воспринимать информацию, лучше отложить обсуждение на более поздний период, иначе ребенок просто машинально будет кивать головой и пользы такой разговор не принесет.
9. Взрослые часто одергивают ребенка по поводу шума, постоянно давая установку: «Не кричи», «Не визжи», «Не шуми» и т. п. На самом деле шум — это то, что может ребенку пригодиться в ситуации, когда есть угроза его жизни и здоровью. Не все дети в экстренных ситуациях могут закричать, а это важно. Хорошим тренингом будет, если иногда давать ребенку возможность пошуметь, покричать, например, на прогулке в лесу.
10. Важно обсуждать в бытовых ситуациях на примере других людей то, что может оказаться полезным для ребенка. Например, вы идете с ребенком мимо детской площадки и задаете вопрос, какие места во дворе ему кажутся безопасными, какие, наоборот, опасными, как бы он обратился к незнакомому взрослому, если бы ему потребовалась помощь, к кому именно он обратился бы за помощью, то есть кого он считает опасным либо безопасным.
11. Объясните ребенку, что существуют так называемые категории безопасных людей: работники магазинов, охранники, то есть те, кто находится в данный момент на рабочем месте. Если таких взрослых рядом нет, то всегда можно обращаться к маме с ребенком на детской площадке.
12. Научите сына или дочь следить за временем. Желательно, чтобы у ребенка как минимум были часы, максимум — средство связи. Важно приучить ребенка отзваниваться, если он по каким-то причинам задерживается, не только для спокойствия родителей, но и для формирования чувства ответственности по отношению ко взрослым и к самому себе.
13. В наши дни особое внимание следует обратить на интернет-безопасность. Расскажите ребенку о конфиденциальности и недопустимости распространения сведений о нем и о членах его семьи. Научите его игнорировать сообщения, которые не обращены к нему лично, развивайте способность к критическому мышлению.

Если вам удастся выстроить отношения с сыном или дочерью таким образом, чтобы в непредвиденной ситуации им захотелось обратиться за помощью именно к вам, а не к кому-то в Сети, это станет большим шагом к обеспечению безопасности.

Источник: лекция Екатерины Улыбиной на Неделе родительской компетентности в ноябре 2021 года