

## Что нужно делать

Радуйтесь Вашему сыну или дочке

Разговаривайте с ребенком  
заботливым, ободряющим тоном

Установите четкие и определенные  
требования к ребенку

Будьте терпеливы

Чаще хвалите ребенка

Поощряйте игры с другими детьми

Интересуйтесь жизнью  
вашего ребенка в школе

*Любите! И цените счастье!  
Оно рождается в семье,  
Что может быть дороже  
На этой сказочной земле*

## Что нельзя делать

Перебивать ребенка

Принуждать делать то, к чему он не  
готов

Заставлять делать что-нибудь,  
если он устал или расстроен

Устраивать для ребенка слишком  
много правил: он перестанет  
обращать на них внимание

Ожидать от ребенка понимания  
всех логических правил

Сравнивать с другими детьми.



Используемые источники:

<https://infourok.ru/buklet-pamyatka-dlya-roditeley-psiologicheskaya-bezopasnost-detey-2450091.html>

Подготовила педагог-психолог

Кочеткова У.А.

## Памятка-буклет для родителей

## "Психологическая безопасность ребёнка"



Рассказово, 2018

## **Психологическая безопасность ребенка**

Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через использование понятий «психическое здоровье» и «угроза». При этом психологическая безопасность трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому развитию.

### **Внешние источники угрозы психологической безопасности**

#### *Физические:*

- ✚ неблагоприятные погодные условия;
- ✚ недооценка значения закаливания;
- ✚ нерациональность и скудность питания;
- ✚ несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений;
- ✚ враждебность окружающей ребенка среды, когда ему ограничен доступ к игрушкам, действуют необоснованные запреты.

#### *Социальные:*

- ✚ манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности;
- ✚ межличностные отношения детей с другими детьми;
- ✚ интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей;
- ✚ неправильная организация общения: преобладание авторитарного стиля;
- ✚ отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

#### *Семейные:*

- ✚ сформировавшиеся в результате неправильного воспитания в семье привычки негативного поведения;
- ✚ осознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности;
- ✚ отсутствие автономности (зависимость от взрослых);
- ✚ индивидуально-личностные особенности ребенка;
- ✚ патология физического развития и др.

## **Признаки стрессового состояния ребенка при нарушении его психологической безопасности:**

- ✚ трудности засыпания;
- ✚ беспокойный сон;
- ✚ усталость после нагрузки;
- ✚ беспричинная обидчивость;
- ✚ плаксивость;
- ✚ повышенная агрессивность;
- ✚ рассеянность и невнимательность;
- ✚ отсутствие уверенности в себе;
- ✚ проявление упрямства;
- ✚ нарушение аппетита;
- ✚ стремление к уединению;
- ✚ подергивание плеч;
- ✚ качание головой;
- ✚ дрожание рук;
- ✚ снижение массы тела;
- ✚ повышенная тревожность и т.д.

*Все перечисленные признаки  
могут говорить о том,  
что ребенок находится в  
состоянии психоэмоционального  
напряжения*