**Психологическая безопасность детей**

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.

Основные источники угроз психологической безопасности личности условно подразделяются на две группы: внешние и внутренние.

Внешние источники угрозы психологической безопасности.

**Физические:**

1. Неблагоприятные погодные условия;
2. Недооценка значения закаливания, сокращение длительности пребывания ребенка на свежем воздухе;
3. Нерациональность и скудность питания, его однообразие и плохая организация;
4. Несоблюдение гигиенических требований к содержанию помещений, и в первую очередь – отсутствие режима проветривания;
5. Враждебность окружающей ребенка среды: ограничен доступ к игрушкам, не продумано цветовое и световое оформление пространства, необоснованные запреты на потребность в движении и псевдозабота о безопасности ребенка.

**Социальные:**

1. Манипулирование детьми, наносящие серьезный ущерб позитивному развитию личности;
2. Межличностные отношения детей с другими детьми. У отвергаемых детей появляется чувство дезориентации в микросоциуме;
3. Интеллектуально-физическое и психо-эмоциональные перегрузки из-за не рационально построенного режима, однообразие будней;
4. Неправильная организация общения – преобладание авторитарного стиля;
5. Отсутствие понятных ребенку правил, регулирующих его поведение в детском обществе.

**Внутренними источниками угроз психологической безопасности ребенка могут быть:**

1. Привычки негативного поведения;
2. Осознание ребенком на фоне других детей своей неуспешности;
3. Отсутствие автономности – прямая зависимость во всем от взрослого;
4. Индивидуально-личностные особенности ребенка (боязливость или привычка быть в центре внимания);
5. Патология физического развития, например нарушение зрения, слуха и т.д.

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. И это может привести к психологическому взрыву. Например, убеждают, что мама скоро придет, и малыш находится в состоянии напряженного ожидания.

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

* В трудностях засыпания, 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 отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально «жмется» к ним;
* В проявлении упрямства;
* В том, что он постоянно сосет соску, палец или жует что-нибудь, слишком жадно, без разбора ест, заглатывая при этом пищу (иногда, наоборот, стойкое нарушение аппетита);
* В боязни контактов, стремление к уединению, в отказе участвовать в играх сверстников;
* В игре с половыми органами;
* В подергивании плеч, качании головой, дрожании рук;
* В снижении массы тела или, наоборот, начинающих проявляться симптомах ожирения;
* В повышенной тревожности;
* В дневном и ночном недержании мочи, которого ранее не наблюдалось;
* И в некоторых других явлениях

*Материал подготовила педагог-психолог Смертина Наталия Владимировна*