

ДЕТСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ



Тема детской безопасности становится неотъемлемым спутником жизни любого родителя с момента рождения ребенка – этот факт вряд ли кто-то оспорит. Сомнения, страхи, тревожность присутствуют в нашей жизни в той или иной степени постоянно.

Как же быть с реальными опасностями для детской жизни? Трудная правда состоит в том, что ребенка от всего не оградить. Да и не стоит! Но

можно и нужно научить его видеть реальные угрозы и по возможности избегать их.

В настоящее время большинством современных научных школ и направлений признана определяющая роль семьи в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у детей. Школе, как правило, принадлежит ведущая роль в реализации таких компонентов процесса воспитания культуры безопасности, как формирование системы знаний об источниках опасности, средствах их предупреждения и преодоления, формирование физической готовности к выходу из опасных ситуаций. А такие базовые компоненты культуры безопасности, как мотивация к безопасности, компетенции безопасного поведения, психологическая готовность к преодолению опасных ситуаций, формируются, прежде всего, в семье.

Как и любой другой образовательно-воспитательный процесс, воспитание безопасности включает в себя определенные знания, умения и навыки. Главная задача родителей – выработать у ребенка привычки безопасного поведения, условные рефлексy, которые помогут ему избежать опасных ситуаций и научат правильному поведению при столкновении с потенциальной опасностью.

Прививать навыки безопасности – это как строить домик из конструктора. По кубику, по кирпичику, всё выше и выше, и домик растёт... и не разваливается... если, конечно, каждый кубик класть правильно, в нужный момент, на нужное место и закреплять его в правильные пазы. Сноровка и полезные навыки приходят к детям постепенно. Когда они тренируются, когда просвещаются, когда обучаются, постоянно обучаются этому.

Как обезопасить ребенка? Как подготовить его к возможным опасным ситуациям в социуме, но сделать это так, чтобы он не был запуган и не трясся от ужаса, воображая, что с ним может произойти? Говорить ли детям об опасностях, которые их окружают, и как это делать? Ответить на эти и другие вопросы постараемся в данном выпуске методической рассылки.

ОБУЧЕНИЕ РЕБЕНКА ПРИНЦИПАМ БЕЗОПАСНОСТИ: ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ РОДИТЕЛЯМ?

Приступая к воспитанию безопасности, в первую очередь необходимо создать пространство безопасности внутри, в собственной душе и душе своего ребенка. Это, возможно, более важно, чем физическая безопасность. Если ребенок будет знать, что его поймут, поддержат, защитят при необходимости, он уже будет расти более защищенным во всех отношениях. Главное, что создает безопасность – это умная, рассудительная голова и мудрая, подготовленная душа. Именно они в случае опасности будут действовать заодно с тренированным телом и позволят эту опасность преодолеть. Так что первое, о чем нужно заботиться – это не знание свода правил безопасности, а именно доверительные взаимоотношения. Только в открытое сердце ребенка можно посеять доброе семя, только так он захочет слушать.

Безусловно, синяки, травмы и прочие неприятности, в жизни ребенка будут все равно. Но если родители помогут ему создать то самое пространство безопасности в душе, он, как сильный человек, переживет их гораздо проще. Он, как сильный человек, сможет найти выход из ситуации, сможет продемонстрировать верное поведение в нужный момент, сможет, в конце концов, помочь тому, кто более слаб, чем он. Да и родители, воспитывая сильного человека, сами становятся сильнее и сами вырастают, участвуя в этом процессе обучения.

Ребёнок попадает в различные жизненные ситуации, выход из которых требует от него знаний и умений. Для того, чтобы ребенок не растерялся и принял правильное решение, необходимо:

- дать определенный объем знаний об общепринятых человеком нормах поведения;



- научить адекватно, осознанно действовать в той или иной обстановке, ситуации, помочь овладеть элементарными навыками поведения дома, на улице, в парке, в транспорте;
- **развить у детей самостоятельность и ответственность.**

Важно научить ребёнка объяснять собственное поведение. Ребёнок, который сможет объяснить, что с ним происходит, помогает нам, взрослым, лучше понять его, а значит, снимает многие проблемы и неприятности.

Воспитание безопасности – процесс длительный и очень ответственный. Чтобы он стал еще и успешным, необходимо соблюдение некоторых принципов:

Последовательности:

Во избежание ситуаций, опасных для собственной жизни и жизни других людей, необходимо формирование определённой культуры мышления и поведения. Этот процесс должен проходить систематически и последовательно – от знакомого к незнакомому, любая ступень обучения опирается на уже освоенное в предыдущем опыте. Такую работу следует проводить уже с раннего возраста.

Воспитание собственным примером:

Свои наблюдения за реальным поведением взрослых дети предпочитают скучным нравоучениям. И если одно расходится с другим, то трудно требовать от ребёнка следования правилам. Пример старших в выработке у ребёнка стойкой привычки как вести себя в той или иной проблемной ситуации в соответствии с нормами и правилами поведения – главный фактор воспитания и дисциплинированного поведения. Например, наезды транспортных средств происходят в момент перехода ребёнка с родителями проезжей части улицы. Именно родители нарушают правила перехода (идут в неустановленном месте, на запрещённый знак светофора, перед близко идущим транспортом и т.д.) Поэтому здесь важную воспитывающую функцию несёт собственный пример родителей.

Соответствие формы обучения возрасту ребёнка:

Целесообразность того или иного поведения должна выступать в контексте потребностей ребёнка, а также его возрастных возможностей. Процесс обучения ребенка должен соответствовать его возрастным возможностям, граничащим со способами донесения информации в различных его формах.

Включённость обучения в контекст повседневной жизни:

Знания должны стать для ребёнка основой его жизнедеятельности. Существенной стороной обучения является практическое закрепление знаний. В силу конкретности и образности детского мышления, обучение должно быть наглядным и проходить в естественных условиях. Взрослые

обязаны закреплять эти знания на практике, расширяя возможности их практического применения. Можно включать их в развивающие подвижные, сюжетно-ролевые и дидактические игры, проблемные игровые ситуации т. д.

Поощрения ребёнка к принятию ответственности за свою безопасность и безопасность окружающих:

Необходимо приучать ребёнка к самостоятельному оцениванию ситуации, так как взрослый не всегда может находиться рядом с ребёнком. Содействовать такому навыку может обязанность нести ответственность за другое живое существо. Естественно, без сухих правил нельзя. Но надо помнить, что ребёнок хорошо запоминает только то, что для него эмоционально окрашено и может применяться практически.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ: В КАКОМ ВОЗРАСТЕ ЧЕМУ УЧИТЬ

Фундамент культуры безопасности нужно закладывать как можно раньше с самых маленьких лет. Поэтому каждый родитель должен хорошо знать, как и о чем говорить с детьми разного возраста, быть способным в любое время завести разговор с ребенком о его личной безопасности и поддержать во взрослеющем человеке сбалансированный взгляд на мир. Ведь формируется культура безопасности на всю жизнь.

До трех лет малыш обычно находится под постоянным наблюдением взрослых – мам, пап, бабушек, дедушек... Поэтому безопасность ребенка до 3 лет — это полностью зона ответственности его родителей и остальных взрослых, находящихся рядом с ним.

Около 3 лет у ребенка наступает возраст «Я сам!» — он начинает принимать самостоятельные решения, а значит, и брать частичную ответственность за них.

Примерно с трех лет ребенок активно вступает в социальные контакты, знакомится со сверстниками и общается со взрослыми, игры, разговоры и просто совместное времяпрепровождение с которыми могут быть для него очень интересными. В дошкольном возрасте необходимо воспитывать привычку правильно пользоваться предметами быта, учиться обращаться с животными, кататься на велосипеде, объяснять, как надо вести себя во дворе, на улице и дома. Нужно прививать детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм, формировать у них представление о наиболее типичных, часто встречающихся ситуациях. Дошкольник также должен точно понимать, что есть «свои» и «чужие» и разделять свое поведение с близкими и посторонними взрослыми.



Главное преимущество дошкольников в обучении личной безопасности состоит в том, что дети данного возраста выполняют четко сформулированную инструкцию родителей в связи с возрастными особенностями. Необходимо выделить правила поведения, которые дети будут выполнять, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Эти правила следует подробно разъяснить детям, а затем следить за их выполнением.

К тому времени как ребенок пойдет в школу, задача родителей – вооружить его «до зубов» всем тем, что составляет культуру безопасности. Конечно, не в том объеме, который он получит на уроках по основам безопасности жизни, но все же достаточном, чтобы распознать опасную ситуацию, насторожиться и спастись бегством или дать отпор там, где это возможно.

Отдельно в разговорах с ребенком 6-7 лет стоит остановиться на взаимодействии с другими детьми. Часто, особенно в общении со старшими детьми, происходит ситуация, когда ребенка подталкивают к различным рискованным действиям: прыгнуть с крыши гаража, засунуть гвоздь в розетку, перебежать дорогу прямо перед машиной и так далее. Важно заранее обговорить с ребенком возможность такой ситуации. Объяснить, что старший ребенок – еще не взрослый и нельзя доверять ему, когда он говорит, что это безопасно.

О готовности ребенка как-то понять плохой умысел или распознать неискренность можно начинать говорить лет с 8-9, никак не раньше. Нужно дать ребенку возможность попробовать на примере сказок и мультфильмов 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. По мере взросления ребенка, накопления опыта, по мере того, как он будет учиться разбираться в людях, можно будет постепенно отказаться от жестких правил, заменив их более гибкими.

С 8-9 лет, как только ребенок получает доступ к соцсетям, нужно сразу же рассказывать о безопасности в сети (анонимность, проверка всех новых виртуальных знакомых в скайпе или видеочате, минимум личных сведений и откровенности даже в переписке с друзьями, встречи с виртуальными друзьями только с разрешения родителей).

Работу с 10–14-летними подростками следует направлять на развитие у них интуиции и внимательности, формирование умения держаться вместе с друзьями и хорошо ориентироваться в своем районе (к примеру, знать безопасные места, где можно укрыться и получить помощь). При

этом всегда помнить, что переходить на следующий этап можно только после того, как усвоены предыдущие установленные правила.

С 10-12 лет с целью профилактики различных сексуальных преступлений ребенку важно внушить мысль о том, что незнакомые люди не должны вести с ним длительных бесед, когда рядом нет родителей, и не имеют права дотрагиваться до детей. Максимум, что допускается – это улыбка, краткое приветствие, ободряющий жест. Все, что выходит за рамки этого краткого общения, должно заставить ребенка насторожиться. Важно, чтобы дети не стеснялись реагировать моментально, даже если к ним кто-то подходит в городском транспорте или просто пытается потрогать, погладить, пригласить куда-то. Абсолютное большинство жертв насилия просто боялись закричать, постеснялись.

Заметим, что родителям зачастую очень тяжело разговаривать с детьми, когда речь заходит о навыках безопасного поведения в случаях возможного сексуального насилия. В подобной ситуации можно посоветовать мамам и папам вместо слов «сексуальное домогательство» использовать фразу «безопасное и небезопасное прикосновение», а вытирая ребенка после мытья в душе, показать ему, до каких мест нельзя прикасаться другим лицам без разрешения родителей.

С 12-14 лет нужно подготовить детей к самозащите от ровесников, хулиганов, ребят постарше, грабителей. Школьники уже должны уметь реагировать на посторонних однозначно, вне зависимости от того предложения, с которым к ним подходят. Также они должны понимать меру своих возможностей (например, физических), понимать, что преступник – это не угрюмый дядька в черном, и не стесняться повести себя глупо в случае опасности (например, упасть на землю, если тебя тащат, пинать преступника и орать во весь голос).

Они должны знать три «не» в общении с малознакомыми людьми: не садиться в машину, не ходить в гости, не есть и не пить ничего из того, что тебе предлагают.

КАК ОБУЧАТЬ РЕБЕНКА НАВЫКАМ БЕЗОПАСНОСТИ: СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Было бы здорово дать детям единственно верную инструкцию на все случаи жизни и перестать бояться. Но такой инструкции нет.

Зато каждый из нас может помогать ребенку — разрешать ему приобретать собственный опыт и бережно поддерживать на этом пути, тренируя вместе с ним навыки, которые помогут в ситуации реальной опасности.

Как же добиться этого?

Обучайте заранее. То, что внушается в раннем детстве, очень прочно запоминается. Чем и необходимо воспользоваться.

Например, в очередной раз вы рассказываете малышу сказку про шустрого Колобка — и неназойливо комментируете «колобковское» поведение: «Ой-ай, Колобок, ты зачем один убежал из дома...». Такие короткие вставочки концентрируют внимание малыша на том, что может случиться, если... Если ты остался один («Гуси – лебеди»), если нарушишь строгий запрет («Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»), если встретишься с незнакомцем и с ним поведёшь разговор («Глиняный парень»), если, поддавшись на соблазн, высунешься в окошко («Кот, петух и лиса»).

Конечно, использовать стоит не только детские сказки. Всегда, когда ребенок сталкивается (в сказке, в игре или в реальной жизни) с неожиданной/опасной для него ситуацией, делайте акцент на том, в чём же опасность и как можно её избежать.

Таким незатейливым способом вы закладываете основы и готовите благоприятную почву для дальнейшего обучения. При этом важно учитывать, что детям, особенно маленьким, трудно представить себя на месте кого-то другого. Им обязательно нужно про-



чувствовать ситуацию, как бы погрузиться в неё. Поэтому самое эффективное обучение происходит тогда, когда задеты чувства ребёнка. Когда ему интересно, любопытно и... чуточку страшно: а вдруг это случилось со мной?

Атмосферу любопытства и соучастия создаёт ребёнку игра. Так, например, те же сказки можно не только читать и рассказывать, но ещё и разыгрывать мини-спектакли. Взяли две-три подходящих игрушки — и разыграли короткую сценку. А можно и просто придумывать маленькие сюжеты. Разыграли — поговорили, а потом поискали вместе выход — что надо сделать, «как правильно поступить, чтобы в беду не попасть»? Разные ролевые игры с мягкими игрушками, книги или рассказы-сказки помогают научить ребенка безопасности, помогают как маленьким, так и детям постарше понять, попрактиковаться и запомнить, как вести себя в разных ситуациях.

Обучайте наглядно и разнообразно. Конечно, об опасностях можно и просто поговорить, но вместе с практическим действием любая информация крепче запоминается! Ребенок должен увидеть, ощутить, воспринять через свои органы чувств и эмоционально.

Можно сто раз повторить дошколёнку: «Не узнав, кто за дверью находится, её открывать нельзя». Но этого мало! Нужный навык приобретается и закрепляется постоянными, регулярными тренировками. Вот раздаётся звонок. «Кто к нам пришёл?», — спрашиваете ребёнка и предлагаете ему самому подойти, посмотреть в глазок, спросить «Кто там?» (и так далее). А в следующий раз — пусть действует уже без подсказки. А вы наблюдаете, и выясняете, что запомнил малыш, а что — ещё нет, и в чём ещё нужно ему потренироваться, чтобы чётко усвоилось необходимое правило.

Обучайте разными способами. Чем их больше — тем лучше. Например, поиграть (проиграть ситуацию), побеседовать, обсудить подходящую сценку из фильма, нарисовать, придумать стишок, сделать плакат и повесить на видном месте, устроить соревнование, дать задание и проверить, как он выполняет его. Со школьниками постарше — моделируйте путь из школы домой, различные ситуации.

Обучайте правилам безопасности во время прогулки, игры, обычного разговора, по дороге в школу. С подростками можно обсуждать эту тему через книги, статьи в газетах и журналах, жизненные примеры.

Обучайте, объясняйте так, чтобы ребенок понял. Как это не покажется вам странным, но дети действительно часто не понимают того, что мамы и папы им говорят. Не понимают, а потому и не слышат, и не усваивают, и попадают в переделки. Поэтому стоит проверять, эффективны ли ваши уроки по обучению и привитию навыков.

Проигрывайте сценарий «что, если...». Научите ребенка самостоятельно просить о помощи, разыгрывая ситуации, когда она ему может понадобиться. Например, «что ты будешь делать, если упадешь с велосипеда». Объясняйте, к кому и как обращаться в таком случае. Практикуйте это до тех пор, пока не убедитесь, что ребенок понимает ситуацию и не стесняется ее. **Проговорив с ним, как себя вести в обычных и простых ситуациях, вы дадите ему общий навык правильного поведения в ситуациях более сложных и непредсказуемых.**

Обязательно проверяйте на практике — он сможет действовать именно так, как вы его обучаете, как он вам рассказал!

Правила - соблюдайте!

Когда говорите с ребёнком о правилах безопасности, пусть ваше слово не расходится с делом — с тем, как вы поступаете.

Самым лучшим способом обучения детей всегда был собственный пример. Если вы внимательны к собственной безопасности, то и ребенок будет повторять те же действия. Не назидательно, а так, в подходящий момент. «Сейчас так рано темнеет, — рассуждает мудрая мама, — не пойдём по тёмному скверику, пойдём по дороге, там горят фонари».

Вроде брошена фраза случайно, но случай за случаем... Вот и отложится в голове.

Вообще старайтесь почаще комментировать свои действия — те самые, которые касаются безопасности. Вас застала гроза; прикидывая, где укрыться, вы говорите так, например: «Нет, мы не будем прятаться под этим высоким деревом: во время грозы это опасно», — и объясняете, почему. «И под аркой не будем прятаться — там темно, место совсем незнакомое... Добежим вон до того магазина, там много людей...»

Полезно и по-другому: не выдавать «голую» информацию, а втянуть ребёнка в беседу. Задавать вопросы — пусть думает человек. Сам процесс «думания» уже помогает запомнить нужные факты более прочно.

Как ты думаешь, какие места по дороге в школу самые глухие и безлюдные? А как ты думаешь, угрюмый человек — значит плохой? А если



улыбается — он хороший? А может быть, наоборот? К кому в этом супермаркете ты бы обратился за помощью? Как ты думаешь, почему преступники должны маскироваться и придумывать разные уловки, почему они не могут просто схватить ребенка и побежать с ним? Что было бы, если бы сейчас кто-то прямо у нас во дворе

куда-то потащил ребенка? А если бы ты увидел, что происходит что-то плохое или кому-то нужна помощь, что бы ты сделал, если бы ни меня, ни папы не было рядом? Дети размышляют, отвечают, предлагают версии, поэтому отлично запоминают те выводы, к которым пришли сами, особенно если их за это похвалили.

Ещё лучше — побуждать ребенка к тому, чтобы он сам задавал вам вопросы. Это хороший признак; значит — ему интересно, значит, новая информация оставит в памяти след.

Ставьте рамки – ограничения. Детям любого возраста нужны внешние ограничения. У них не хватает опыта, и задача родителей – обозначить границы, за которые выходить нельзя. Ограничения, рамки, условия – это ваш, внешний контроль, который поможет находиться ребенку в «рамках безопасности». Внешний контроль (ваш) помогает ребенку вырабатывать внутренний контроль (свой, над самим собой). Когда ребенок сам проверяет себя, отвечает за свои поступки. Но контролировать тоже надо с умом. Вы не приказываете – вы договариваетесь, договариваете условия. Если необходимо – идете на взаимные уступки. Ребенок должен понимать разумность ваших требований и ограничений (почему это необходимо) и быть (в душе) согласен с вами. «Хорошо, ты

можешь пойти погулять вечером, но к полвосьмого домой...». «Ладно, ты можешь пойти с Ксюшей в кино, но расскажи еще раз, какой дорогой ты будешь возвращаться обратно...». Здесь можно провести сравнение с процессом тренировок у спортсменов. Тренер объясняет, показывает, затем страхует. Но все упражнения спортсмен выполняет сам. Так и с ребенком: вы помогаете, поддерживаєте, контролируете, но выполнение требований безопасности все же остается за ребенком.

Поощряйте правдивость и откровенность. Если для вас важно, чтобы ребенок понимал, что такое безопасное поведение, нужно сделать так, чтобы он знал: вы в курсе, соблюдает он ваши договоренности или нет. Что вас обманывать и обмануть нельзя – себе же хуже. Дети вообще-то не любят лгать, в своей изначальной природе они правдивы, и только мы сами приучаем их к этому. Необходимо поощрять желание ребенка честно рассказать вам о каком-либо событии. Так вы сможете, во-первых, осуществлять контроль и не бояться, что он что-то скрывает, а во-вторых, вы сможете использовать обсуждение ситуаций, которые происходят с ребенком для того, чтобы закрепить его знания о безопасности, утвердить навыки, дать ему новые знания и умения, необходимые в данный момент.

Старайтесь строить фразы так, чтобы обойтись без «не», «нет» и «нельзя». Очень часто при обучении детей правилам безопасности активно используется частица «не»: «не ходи», «не открывай», «не разговаривай», «не бери» и т.д. Однако отметим, что до 6–8, а иногда и до 10 лет у ребенка не сформирован понятийный аппарат частицы «не», он просто не готов ее воспринимать. В результате все, что говорят ему взрослые, воспринимается наоборот: «не ходи» – ходи, «не открывай» – открывай и т.д. Знание только того, как не надо делать, не поможет разрешить проблему. Важно учить на разрешительном фоне, демонстрируя, показывая и рассказывая, как можно и нужно делать.

В результате классические родительские фразы должны принять следующий вид: гуляй недалеко (рядом) от дома; гуляй до того момента, когда заметишь, что уже темнеет; обходи компании незнакомых подростков; избегай безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов; выходи из лифта, если туда зашел незнакомый человек; открывай двери квартиры только тем людям, которых хорошо знаешь; перемещайся по улице в темное время суток (или в чужих районах) только в компании друзей (знакомых) и т.д.

Запретами не увлекайтесь. Всякий раз спрашивайте себя: «Это действительно надо для его безопасности, или я запрещаю лишь потому, что мне так спокойней и проще?»

ВАЖНО ПОМНИТЬ:

запрет скорее даст стимул ребенку попробовать в ваше отсутствие то, что нельзя, поэтому говорить о безопасности нужно в доверительной манере, ни в коем случае не угрожать и не запугивать.

Дети плохо воспринимают и запугивания, и страшилки, и занудные родительские советы. Поэтому уроки безопасности лучше всего проводить неназойливо, вызывая любопытство и желание узнать. Чем интереснее будут ваши уроки, тем больше гарантия, что ребенок усвоит их на «отлично».



Проверяйте и закрепляйте всё то, чему научили ребенка. Любые правила безопасности надо не только сообщать, но — это главное — закреплять, вводить в бытовую практику.

Любая новая информация поступает в кратковременную память. Там она хранится примерно дня три, а потом или стирается, или переходит в долговременную, то есть запомнится, и уже надолго. Информация легко переходит в долговременную память:

- когда она яркая, эмоциональная;
- когда человек повторяет её, возвращается к ней. Этим он как будто говорит мозгу: «мне пригодится, это важно, помни!»

В идеале должно быть так: освоил новый материал; затем – повторять: сразу же, через 3 дня, через неделю – через месяц.

Обучение непрерывное, поэтапное, гибкое и учитывающее особенности именно вашего ребенка – залог его безопасного будущего и вашего спокойствия.

ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ И УМЕТЬ КАЖДЫЙ РЕБЕНОК

Вот тот минимум знаний, который необходим каждому ребенку для безопасности. Это, пожалуй, самые базовые вещи, которые нужно не только знать, но и тренировать на практике.

1. ***Разделять взрослых на своих и чужих, знакомых и посторонних. Знать, что с разными людьми надо вести себя по-разному.*** Обозначьте для ребенка границу «свой-чужой»: установите правила относительно незнакомцев и следите за их выполнением. Объясните ребенку: чужой – это любой человек, которого он не знает (независимо от того, как он себя ведет, кем себя представляет). Для формирования более точного понимания того, кто является «своим» и «чужим» человеком, нарисуйте вместе с ребенком три круга доверия, разделив людей на «своих» и «посторонних»:

- Внутренний, самый маленький — это семья;

- Средний, чуть побольше — знакомые, которым вы больше всего доверяете (их должно быть немного);
- Внешний — все остальные (соседи, врачи, полиция, мама Сережи, дядя Вова...).

Учите ребенка разделять свои формы поведения в зависимости от этого. Обсудите, что можно и чего нельзя делать с ними без вашего разрешения: гулять, приглашать в гости, передавать ключи от квартиры, рассказывать что-то о себе, принимать подарки.

2. ***Иметь представление о добре и зле, о плохих и хороших людях. Представлять, какого рода опасность может исходить от посторонних людей.*** Расскажите ребёнку о том, что мир разный. В нём есть добро и зло. Так бывает, что под личиной одного часто скрывается другое. Такие беседы как минимум помогут ребёнку стать более бдительным и здравомыслящим. Уже в трехлетнем возрасте с помощью таких разговоров во время прогулки или игры можно аккуратно донести главное: есть люди хорошие и плохие, добрые и злые, и вторые всегда стараются быть похожими на первых, ведь иначе их сразу все увидят и выведут на чистую воду. Даже волк в сказке о семерых козлятах подделывал добрый голос мамы, чтобы козлята открыли ему дверь. А иногда бывает наоборот: не очень красивый, не улыбочивый человек может быть очень добрым. Хороший человек может иногда и нагубить или показаться невежливым, просто у него такое настроение.

3. ***Уметь говорить «нет» постороннему взрослому человеку, не стесняясь и не боясь этого.*** Это вообще один из важнейших навыков — на все, что пугает или смущает говорить «нет». Без стеснения и боязни. Проговорите потенциально опасные ситуации, когда это потребуется. Находясь со взрослыми или старшими по возрасту детьми, включая родственников и знакомых, ребенок не должен делать то, что ему не нравится. Также объясните ребенку, что если он сказал «нет», но кто-то принуждает его к чему-то или проявляет насилие, главное — привлечь внимание. Не победить, не «применить приём», не спрятаться, не плакать, не кусаться или плевать, а устроить «шумовую атаку», ничегошеньки не стесняясь нужно кричать: «Помогите! Я не знаю этого человека!».



4. ***Знать, как отвечать любому постороннему, если тот обратился за помощью, с предложением или с любым разговором.*** Посторон-

ние взрослые не должны подходить к детям, если тем не нужна помощь. Они могут сделать замечание, если ребенок расшалился и нарушил их личные границы. Могут спросить, не нужна ли помощь, если ребенок потерялся. Но ни один взрослый не должен ни угощать чужого ребенка, ни звать с собой, ни просить его о помощи или услуге. Объясните, что ребенок поступит хорошо и похвально, если откажет чужому человеку. Взрослые должны просить помощи у взрослых, а не у детей. Если хочешь помочь незнакомцу – позови знакомых взрослых. Быть вежливым и уверенным. Не стоит грубить незнакомым людям. Лучший ответ для ребёнка до 12 лет: «Я вас не знаю и не буду с вами разговаривать!» или «Я не разговариваю с незнакомыми». Подростки могут сказать: «Нет, я спешу, меня ждут». Важно, чтобы ребёнок умел уверенно прерывать любой диалог, мог пройти мимо, если его окликают, не боялся показаться невежливым. В подъезде нужно кричать «Пожар!» а не «Помогите!», - это очень важный момент.

5. **Обращаться за помощью.** Знать, что в случае любой опасности нужно, не стесняясь, просить о помощи у женщин с детьми, сотрудников милиции, или быстро бежать в любое общественное место: магазин, аптеку, на остановки общественного транспорта, в любое первое попавшееся учреждение и обращаться за помощью к служащим. Если произошла опасная ситуация или случилась беда, то нужно рассказать об этом близким людям, не замыкаться в себе, не скрывать, не бояться угроз или шантажа или родительских запретов.
6. **Нельзя прятаться в подъезде, среди гаражей или на стройке, бежать в сторону парка или стоянки автомобилей.** Точно понимать, что пока вокруг люди – ребенок практически в безопасности, потому что всегда может применить два своих главных оружия: быстрые ноги и громкий голос.
7. **Понимать, что взрослые люди могут быть опасны,** но не испытывать парализующего страха перед возможными угрозами. Поэтому важно, во-первых, внушить ребенку уверенность в своих возможностях, в том, что строгое соблюдение правил поведения поможет ему избежать опасных ситуаций, а во-вторых, развить такое качество, как готовность доверять интуиции и слушать свой внутренний голос.
8. **Обращаться в экстренные службы.** Научите ребенка, как пользоваться номерами экстренных служб, в каких случаях по ним звонить и что отвечать дежурному, снявшему трубку.
9. **Знать номера близких людей на память.** Убедитесь, что ребенок знает ваше полное имя, домашний адрес, а также номера домашнего телефона и вашего мобильного. И заодно сразу напоминаем, что это

— информация про самый близкий круг, и ее не нужно рассказывать посторонним, если не нужна помощь.

10. **Если ты куда-то собрался – СНАЧАЛА сообщи об этом родителям.** Это несложно и здорово может уберечь от неприятностей. Договоритесь с ребенком, что ни при каких обстоятельствах он никуда не уйдет, не сообщив об этом вам или родственникам. Это строгое правило должно быть неукоснительным. В любой момент времени вы должны иметь четкий ответ на вопрос «Где мой ребенок?».

БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ В ИНТЕРНЕТЕ: ЧТО МОГУТ РОДИТЕЛИ?

Интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни. С помощью всемирной паутины мы находим нужную информацию, общаемся с друзьями,



узнаем последние новости, совершаем покупки и еще очень много всего. Ресурсы глобальной сети поистине необъятны, но не все они подходят детям. Кроме подозрительных незнакомцев, втирающихся в доверие с «липовых» (или даже со своих) страниц, в незащищенном интернет-пространстве дети могут получить до-

ступ к неподходящей их возрасту информации, группам с суицидальным содержанием, радикальным религиозным сообществам.

И маленькие дети, и подростки не могут сполна оценить все риски, с которыми они сталкиваются при вхождении в онлайн-среду. Очень важно объяснить детям, какие опасности таит в себе виртуальный мир. Поэтому, прежде чем отпустить ребенка в Интернет, нужно его подготовить.

Правила безопасного интернета.

Первое правило: думать о защите лучше начинать пораньше. Систему родительского контроля можно установить на все девайсы, которыми пользуется ребенок, уже лет в 6-7. Этот фокус не пройдет с 12-летним подростком, он воспримет в штыки любые ограничения. А если ребенок изначально пользуется безопасным интернетом, то ему особо и не придет в голову пытаться найти что-то запрещенное, или если и придет, то гораздо позже. Поэтому, установите программу контроля как можно раньше, если вашему ребенку 5-10 лет.

Второе: дружите! «Подружитесь» с ребенком во всех соцсетях, болтайте с ним везде, где он общается со своими друзьями, присылайте ему ссылки, фотографии и демотиваторы, не критикуйте содержимое его

страниц и страниц его друзей. Пусть ребенок знает, что вы – не враг его пространства, от которого нужно скрывать все самое интересное. Не считайте, что, закрыв ноутбук, ребенок может решить проблемы, возникшие в его виртуальных компаниях. Для большинства детей то, что происходит с ними в интернет-общении, более значимо, чем отношения с одноклассниками. И большинство не рассказывает родителям ни о травле, ни о ссорах, ни о сложностях в сети, потому что уверены, что родители не поймут или вовсе запретят выходить в интернет. Поощряйте откровенность ребенка, интересуйтесь его любимой музыкой, стихами, книгами и даже играми. Рано или поздно ваше терпение и внимание обязательно будет вознаграждено доверием.

Третье: учите детей убирать со своих страниц всю личную информацию, не делиться откровенными обсуждениями в личной переписке, не выкладывать и не пересылать свои фотографии. Даже если у ребенка на странице нет телефона, номера школы и других контактных данных, он дает ссылки на другие соцсети, где можно узнать гораздо больше.

Пусть проверяет всех, с кем общается – это четвертое правило. Приучайте ребенка к мысли, что каждого нового виртуального друга нужно сначала вызывать в скайп или любой другой видеочат, и лишь затем начинать делиться чем-то личным. Дети часто строят теории о том, как они смогут отличить настоящую страницу от «липовой», реального собеседника-сверстника от маньяка, и, поверьте, многим из них не приходит в голову, что это невозможно. Осторожно поговорите о возрасте виртуальных друзей. Многим льстит внимание взрослых, они довольно легко могут пойти на контакт, особенно, если этот взрослый «не такой как все и по-настоящему меня понимает». Ключом к доверию ребенка чаще всего становятся сообщества. По статистике подросток практически стопроцентно добавит в друзья и начнет доверительное общение с человеком, если тот состоит в том же значимом для ребенка сообществе в соцсети. А уж дружба с организатором, или с кем-то из администрации игровых групп или групп по интересам – это особенно круто.

Пятое правило – первая личная встреча. Обязательно скажите ребенку, что не будете против его встреч с новыми друзьями в реальности, но только при условии, что вы сможете предварительно поговорить с родителями этого нового виртуального друга. Никаких «пойти в гости», никаких «встретиться на пару минут у ближайшей станции метро». Только после того, как вы лично пообщаетесь с мамой или папой нового друга вашего ребенка, вы вместе примете решение о том, где и когда ваши дети познакомятся в реальной жизни.

Конечно, освоение этих правил – дело не одного дня. Но даже если ваш ребенок уже выше вас на полголовы и разговаривает басом или пользуется вашей помадой, это не значит, что менять ситуацию уже поздно. По крайней мере «подружиться», начать интересоваться и поне-много становиться частью онлайн-общения друг друга можно в любое время.

На самом деле, лучшая безопасность детей в Интернете – это при-смотр за ними и доверительные отношения между детьми и родителями. И помните, вы всегда можете заглянуть в «Историю» и посмотреть спи-сок сайтов, которые посещал ваш ребенок. Если вас что-то беспокоит, доверительно поговорите с ребенком без обвинений и ругани. А лучше всего каждый раз обсуждайте с ребенком его «приключения» в сети.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Без сомнения, тема детской безопасности настолько обширна, что её сложно даже вкратце раскрыть в рамках одной методической рассылки. Этим вопросам посвящены целые книги, методические рекомендации и научные исследования.

Детская безопасность начинается с самих родителей: с их здравомыслия, положительного примера, с их способности предвидеть поступки ребенка. И, конечно, с безусловной и искренней родительской любви!

Главное, что требуется от родителей, – это не подходить к защите своего ребенка с формальной позиции. Любые правила безопасности надо не только сообщать, но — это главное — закреплять, вводить в бытовую практику. Они должны настолько прочно засесть в голове, чтобы в нужный момент сработали автоматически, буквально на уровне рефлексов! Фактически, они должны стать привычкой так-то и так-то себя вести. Вот тогда ребёнок не растеряется, только тогда он в настораживающей ситуации сумеет вовремя сориентироваться и постоять за себя.

Воспитание детей в русле ответственности за собственную безопасность и безопасность окружающих, формирование представления реальности проблемы и необходимость соблюдения норм и правил поведения – это постоянный процесс, в котором обязательно должны участвовать родители.

Тогда жизнь детей будет в безопасности.

Рекомендуемая литература:

1. Заряна Некрасова, Нина Некрасова «Без опасности. От рождения до школы» и «Без опасности. Школьные годы»

Эти книги – настоящий сборник советов, как привить детям навыки безопасности с самого раннего детства - используя сказки, игры, попутные

беседы, комментарии к фильмам и жизненным ситуациям. Отдельный раздел посвящен детским страхам и правильной стратегии борьбы с ними. Книга наполнена играми, тестами и идеями для детей и родителей. Скачать книги можно по ссылкам: <http://www.klex.ru/77n> и <http://www.klex.ru/77o>.

2. Людмила Петрановская «Что делать, если...» и «Что делать, если... 2».

В первой части известный детский психолог в увлекательной форме рассказывает ребёнку, как правильно поступать в сложных ситуациях, с которыми он сталкивается на каждом шагу, а красочные забавные картинки помогут ему преодолеть страх и избежать опасности. Эта книга написана лёгким языком, с весёлыми картинками - всё это делает доступными для усвоения навыки поведения в сложных ситуациях.

Во второй части речь идет о выборе, о принятии решений, об ответственности, о том, как важно уметь оценивать риски. Она станет умным собеседником для школьников и бесценным помощником для их родителей.

Скачать книги можно по ссылкам:

<http://cssu.bugulma.ws/wp-content/uploads/2015/05/%D0%9B%D1%8E%D0%B4%D0%BC%D0%B8%D0%BB%D0%B0-%D0%9F%D0%B5%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F.pdf> и http://mail.detkityumen.ru/media/upload/2014/03/04/L_Petranovskaya_Chto_delat_esli_2.pdf

3. Лия Шарова «Стоп-Угроза. Дети в безопасности»

Эта книга-пособие о том, как научить ребенка думать о возможной опасности, не бояться ее, знать, что нужно делать в разных ситуациях и уметь «быть плохим и непослушным» тогда, когда это нужно. Скачать книгу можно по ссылке: http://school37dinsk.ucoz.ru/DOK/eshe/kniga-l.v.sharovoj_deti_v_bezopasnosti.pdf

4. Со статьей психолога Елены Рассказовой «Техника безопасности для ребенка» можно ознакомиться по ссылке: https://www.b17.ru/article/technika_bezopasnosti_rebenka/

5. Памятка для родителей «Безопасность ваших детей», разработанная Центром исследований в области безопасности жизнедеятельности и взаимодействия с общественностью МЧС Республики Беларусь, размещена здесь: <http://ltk.grsu.by/uploads/files/public/pogar.pdf>

6. Статья А.С.Чернявской «Обучаем ребенка навыкам личной безопасности» размещена по ссылке: http://mir.pravo.by/library/edu/roditel/obychaem_bezopasnosti/

7. С информационным проспектом «Безопасность детей в Интернете» можно ознакомиться по ссылке: <https://www.ifap.ru/library/book099.pdf>

8. С серией полезных материалов «Сделайте Интернет безопасным для своих детей» от Центра безопасности Google можно ознакомиться по ссылке: <https://www.google.ru/safetycenter/families/start/>

Видеоматериалы:

1. Вводную лекцию к циклу онлайн-практикумов по детской безопасности «Нам не страшен этот мир», который проводит в школе родительства «Большая Медведица» психолог, педагог, инструктор по жизни и безопасности Роберт Туйкин, можно скачать по ссылке:

http://bmskola.ru/project/stopopasnost/?utm_source=vk&utm_medium=ssylka&utm_campaign=stopopasnost

2. Вебинар для родителей «Детская безопасность» можно посмотреть по ссылке: <https://www.youtube.com/watch?v=PO-7-9P2xDc>