**Родительский ликбез**

**Как говорить с детьми о безопасности?**

Как говорить с ребенком о безопасности, чтобы не напугать его. Ребенок не должен думать, что мир - это страшное место, и лучше вообще не выходить из комнаты. С другой стороны, пояснить, что опасности существуют, и дать им инструкцию, как поступать в той или иной ситуации.

**Учить безопасности нужно постоянно, между делом**.

Время от времени происходят события, которые не могут не волновать родителей. Дети погибли в торговом центре, в соцсетях мелькнуло очередное «пропал ребенок», в родительском чате пришла рассылка о педофилах...

Встревоженные или напуганные новостями родители часто хотят предупредить своих детей. Но это чаще всего получатся - напугать.

Как утверждают психологи, беседы о безопасности должны быть частью не от случая к случаю, а нормой повседневного бытового общения и проходить между делом. И единственное, что срабатывает, это доверительный разговор: «Я слышала, бывает, что кто-то пишет от имени друга, а потом оказывается, что этот человек не тот, за кого себя выдает. Вот я и встревожилась. А ты всех своих друзей, с которыми общаешься в интернете, знаешь? Ты не замечал ничего странного». Нам важно научить детей относиться критически к новым знакомым, особенно виртуальным. Расскажите о своем детстве , о своих друзьях, как вы общались. Это будет важнее, чем запугивание.

**Чем младше дети, тем важнее четкий алгоритм действий**.

Правила безопасности вы можете обсуждать, когда смотрите мультфильмы, читаете сказки. Например, читая сказку «Снежная королева» обратите внимание, как королева обманом увозит Кая в свое Снежное царство, как Герда попадает в волшебный сад к старушке, которая умела колдовать (да и старушка оказалась не такой уж и доброй).

Можно проигрывать ситуации с любимой детской игрушкой, например мишкой, который попадает в разные ситуации. И важно, чтобы эти истории не заканчивались хеппи-эндом и чтобы в них была часть, содержащая алгоритм поведения в той ситуации, которую вы обсуждаете. При этом, главное, сохранять доверие ребенка к миру. От всего на свете уберечь невозможно, но продумывание и проговаривание различных ситуаций заранее – можно спасти и уже спасло не одного человека.

**Контролируйте свои эмоции**.

Беседуя с ребенком не перебарщивайте в эмоциях. Ребенка напугаете и себя самого.

**Не наказывайте телесно**.

О теле и личной гигиене можно говорить уже лет с трех. Купая малыша, обучайте его названиям тела, объясняйте, почему люди не обнажают при людях интимные места. Не заставляйте насильно есть, обнимать, целовать. Тем более нельзя наказывать телесно.

Ребенка нужно приучить к мысли, что его тело неприкосновенно, чтобы он мог сказать тому, кто попытался нарушить его личные границы.

На детей не стоит давить, нужны переговоры. Если ребенок не хочет целовать бабушку, обниматься с дядей и идти на ручки к чужой тете – его желание нужно уважать. Именно в эти моменты формируется у ребенка восприятие своих телесных границ. 6-7 лет ребенок должен уже научиться мыться сам. И помощь родителей, без крайней медицинской необходимости, оказывать не стоит.

**Не учите ребенка всех слушаться.**

Какие дети чаще всего спасаются? Непослушные. Право голоса есть только у родителей или у тех, кому родители из самых близких людей доверяют свое дитя. Быть с чужими вежливыми – да, но послушными – это вопрос на обсуждение в семье.

**Не все тайны нужно хранить**.

Ребенок должен знать, что тайны бывают двух видов. Есть тайны, которые дети скрывают от родителей, покрывают друг друга, и их можно хранить, если они никому не приносят вреда. Такие секреты объединяют, это часть социальной игры.

Но если ты становишься носителем тайны, от которой тебе плохо, если ты из-за этой тайны боишься за другого человека или за себя, об этом необходимо сказать взрослым.

**Сложнее всего перенести неодобрение близких**.

Когда люди рассказывают о какой-то страшной ситуации из прошлой жизни, они даже не столько говорят о ней, сколько о реакции близких ему людей. Например, ребенок дополз до дома, чудом выбравшись из опасной ситуации, а дома его отругали: «Где ты шляешься?»

У нас есть некий запас прочности, но отсутствие поддержки и неодобрение близких перенести очень сложно. Даже если ребенок объективно виноват, попробуйте реагировать так, чтобы он знал, несмотря на то, что вы на него сердитесь, ребенок чувствует, что вы его любите.