

ПАМЯТКА

Как говорить с детьми о трагедии

Совет 1: говорить или не говорить

Совет 2: не пугать

Совет 3: сопереживание и сочувствие

Совет 4: влияние возраста ребенка

Совет 5: обучение правилам безопасности

Совет 6: что еще знать родителям

Чтобы предотвратить возможную трагедию с детьми, родители должны ежедневно напоминать им о безопасности их поведения на дороге, при игре с другими детьми. Ребята так устроены, что не понимают и не чувствуют возможной опасности. Они концентрируются на самом процессе игры или каком-то интересном им занятии. При этом не задумываются о своем поведении и методах общения. Ежедневное предупреждение родителей о безопасном поведении со временем отложится в их сознании. Они будут инстинктивно выполнять данные родителями советы.



А что же делать, когда трагедия уже произошла, возможно, с кем-то из очень близких людей? Стоит ли щадить психику ребенка и не рассказывать ему об этом? А если он узнает правду от посторонних людей, и не факт что она будет преподнесена ему в щадящей форме?

Да и сами родители реагируют на несчастье по-разному. Одни впадают в истерику, другие словно каменеют, порой не задумываясь, что рядом находится ребенок, который видит непривычное поведение взрослых.

Как поступить родителям и близким в таких ситуациях может подсказать детский психолог.

Совет 1: говорить или не говорить

Специалисты по детской психологии сходятся во мнении, что ребенку необходимо рассказать о трагедии, произошедшей с близким ему человеком. Делать это нужно очень

деликатно, тщательно подбирая слова и выражения, не выплескивая на ребенка поток эмоций.

Возраст детей является показателем их реакции на события. Малыши не поймут и не осознают трагедии потери близкого человека, их не стоит даже информировать об этом. Дети постарше обязательно отреагируют на такое известие, только все по-разному. Это зависит от психики и эмоционального уровня ребенка.

Реакция детей на несчастье и трагедии может проявиться сразу в виде слез, истерик, агрессивного поведения. А может проявиться спустя какое-то время, даже через несколько месяцев. Если он внешне не особо проявил свое горе, это не значит, что он его не ощутил и не пережил внутри себя.



Необходимо внимательно наблюдать за поведением ребенка, а заметив изменения, следует обратиться за квалифицированной помощью к специалисту по психологии.

Специалисты советуют подвести ребенка к идее выплеснуть все страхи и негатив на обычный альбомный лист. Пусть он нарисует: что его беспокоит, от чего бы он хотел избавиться. Такой своеобразный терапевтический прием психологи рекомендуют проделывать не только детям, но и взрослым. Это отчасти помогает избавиться от мучающих страхов и переживаний.

Совет 2: не пугать

Дети могут испугаться даже новостей, которые передают средства массовой информации. Страх, что такое может произойти и с ними, в их местности, может углубиться в детском сознании. Отвлечь его от этих негативных размышлений и переживаний может поведение и ласка родителей. Он должен почувствовать, что любовь родителей и их твердая уверенность в положительном исходе дела, защитит его от всех невзгод.



Чтобы ребенок уверился в улучшении создавшейся чрезвычайной ситуации, необходимо побеседовать с ним о поведении в таких ситуациях: что делать, куда звонить или бежать.

Он будет морально готов попасть в такую ситуацию, это не так его будет страшить, как неизвестность.

Совет 3: сопереживание и сочувствие

Видя какие-то переживания ребенка нужно обязательно проговорить с ним этот момент. Не стараться развеселить его или отвлечь от этих мыслей. Он может считать, что вы бездушный человек, не способный сочувствовать беде. В зависимости от того, как он будет вам изливать свое горе, стоит погоревать с ним вместе или даже не стесняться поплакать. Это не будет расценено ребенком как ваша слабость.

Конечно, не стоит часто проводить с ребенком такие душещипательные беседы, он может впасть в негативные мысли. Необходимо привлекать его к просмотру позитивных мультфильмов, прогулкам в парках, посещению выставочных залов и музеев. Приобщение к искусству оказывает самое благоприятное воздействие.

Возможно, ребенку поможет оставить все страхи на месте трагедии, возложение цветов или игрушек.

Невозможно предугадать, что творится в душе взрослого в трагических ситуациях, а ребенок не может даже описать своих ощущений.

Совет 4: влияние возраста ребенка

Многих родителей мучает вопрос: «С какого возраста начинать приучать ребенка к безопасным жизненным правилам?» Однозначного ответа на этот вопрос нет и быть не может. Вам нужно помнить, что ваши дети берут с вас пример буквально во всем. Они видят, как их мамы и папы ведут себя при переходе улиц, в общественном транспорте, в кинотеатрах. Если хотите, чтобы ваш ребенок правильно поступал, ведите себя при нем правильно. Это залог успеха в воспитании.

Считается, что оптимальным возрастом для начала обучения детей правилам безопасности, является 4-5 лет. В это время необходимо, чтобы ребенок запомнил адрес дома, свою фамилию, даже номер телефона. Чаще повторяйте с ним эти данные, он их должен четко усвоить.

Совет 5: обучение правилам безопасности

Ребенок, не осознавая сложности ситуаций, видит реакцию взрослых на нее. С ним нужно обязательно проговаривать все моменты своего безопасного поведения. При переходе улиц, расскажите: какой именно свет является ориентиром для пешеходов, какой свет предупреждает о скором движении машин, на какой свет начинается непосредственное движение транспорта. Такие частые беседы обязательно отложатся в детской памяти.



Дети лучше запоминают все правила безопасности, просматривая обучающие мультфильмы.

Каким только правилам безопасного поведения на дороге и в быту ни учит полезный мультфильм, где главный герой Аркадием Паровозов. Он выручает детей из опасных ситуаций и тут же назидательно объясняет как себя нужно вести и чего нельзя предпринимать в той или иной ситуации.

Объясните, что бывают ситуации, когда ребенок может потеряться в толпе, например в супермаркете. Бояться этого не стоит, нужно обратиться к дежурному сотруднику магазина. Он или передаст информацию по голосовой связи с просьбой подойти родителей к отделу администрации, или сообщит в милицию и они доставят ребенка домой.

Совет 6: что еще знать родителям

Очень часто родители оставляют детей в игровых отсеках магазинов, чтобы они поиграли и развлеклись с другими детьми. Возьмите за правило оставлять свой номер телефона работнику этой игровой комнаты. В случае непредвиденных осложнений он поставит вас в известность. Ребенка тоже следует предупредить, что за помощью он должен обращаться только к этому человеку. Возможно, что между играющими детьми не будет взаимопонимания и возникнет драка, может ваш дите захочет в туалет или почувствует сильную боль, он должен сообщить об этом работнику игровой комнаты. А через него вы будете извещены о ситуации.

Надолго оставлять дома детей одних не рекомендуется. Однако, в жизни может случиться самая непредвиденная ситуация. Они должны знать, что в случае пожара нужно или позвонить соседям в дверь и тогда они займутся тушением пожара, или позвонить в МЧС по телефону 112. Они не должны растеряться в нестандартной ситуации, от их четких действий будет зависеть их здоровье, а возможно и жизнь.

Родителям необходимо уяснить одну очень важную вещь: никогда (без крайней нужды!) не оставляйте детей на попечение малознакомым людям. Старайтесь быть всегда рядом с ребенком сами. Это убережет его от многих неприятностей и бед.