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 прочувствовать 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?» (итак 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, атак, 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, выговорите так, например: «Нет, мы не будем прятаться под этим высоким деревом: вовремя 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, чтобы 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 вы договариваетесь, обговариваете _ условия. 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, поддерживаете, 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.

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.