

Как объяснить ребенку, что доверять можно не всем?

Что поможет научить детей разбираться в том, что незнакомые люди, прикрываясь добрыми делами, могут быть для них опасны? Что делать, если незнакомец схватил, угрожает и бьет?



На вопросы читательниц отвечает **Анастасия ТРОЙНИЧ**, психолог центра «Ювентус», дружественного подросткам, в детской поликлинике №17 г. Минска.

ДОБРЫМ БЫТЬ НЕ ПРОСТО

Ребенку 5 лет, очень доверчивый, добрый. Улыбается каждому встречному, любит поговорить. Как ему объяснить, что такая открытость может быть опасна?

Наталья, Гродно

- То, что быть доверчивым и открытым небезопасно, важно объяснить ребенку в позитивном ключе, не внушая ему страха перед миром, мол, никому нельзя доверять. Начните с рассказа о том, что здорово быть добрым и открытым к людям и что эта доброта может приносить радость. Затем объясните, что, хотя многие люди действительно добрые, есть и те, кто может не иметь благих намерений. Вы можете использовать метафоры при объяснении: например, что мир похож на большой сад, где растут разные цветы. Большинство цветов красивые и душистые, но есть среди них и такие, которые могут быть ядовитыми, но они на первый взгляд ничем не отличаются от других.

Поэтому важно сначала узнать побольше о цветке, прежде чем принимать решение, стоит ли к нему подходить и наслаждаться его красотой. Объясните, что открываться людям нужно постепенно. Сначала можно пообщаться с человеком, понаблюдать за его поведением и прислушаться к своим ощущениям. Если он покажется надежным и добрым, можно смело делиться своими мыслями и чувствами.

ДЕТИ В ОПАСНОСТИ



Родителям важно научить детей тому, что никто не имеет права нарушать их границы и заставлять делать то, что неприятно и вызывает страх.

МЕЖДУ ТЕМ

Родителям важно поддерживать открытое и доверительное общение с детьми. Регулярные беседы о том, как прошел день, с кем они общались и что нового узнали, помогут создать атмосферу, в которой дети будут чувствовать себя свободно и безопасно, делясь своими переживаниями.

Участвуйте в жизни ребенка: интересуйтесь его увлечениями, друзьями и активностями. Создавайте традиции, например доверительные вечерние разговоры или обсуждения, где каждый может поделиться своими мыслями и чувствами, задать интересные его вопросы. Это поможет оставаться на связи со своими детьми и вовремя заметить любые изменения в их поведении.

КОГДА НЕ СТЫДНО НЕ ПОМОЧЬ

Есть ли прикладные советы, которые можно доступно донести до детей и которые помогут разобраться, как распознать взрослого с плохими намерениями? Где грань между нормой и запретом? Чего не надо стыдиться рассказывать родителям и близким, если кто-то из посторонних запугивает, что-то обещает взамен на молчание?

Г. Романюк, Брест

- Во-первых, необходимо объяснить детям, что взрослые люди не будут просить помощи у детей. Если кто-то незнакомый подходит к ним и просит, например, помочь найти потерянную вещь, щеночка/котика либо донести сумку до подъезда или до машины, это может быть

В ТЕМУ

Акцентируйте внимание на том, что у ребенка всегда есть право сказать «нет» и просто уйти, если ситуация ощущается как небезопасная.

опасно, даже если перед ними пожилой человек или приятная женщина. Взрослый всегда обратится за помощью к другим взрослым, а не к детям.

Во-вторых, расскажите о границах. Объясните, что у каждого человека есть личные границы, и никто не имеет право их нарушать. Если кто-то просит сделать то, что вызывает дискомфорт, волнение, страх или напряжение, это сигнал о том, что ситуация небезопасная. И не стыдно в таком случае отказаться или не помочь.

ПРАВО СКАЗАТЬ «НЕТ» И УЙТИ

Как объяснить ребенку, что от чужих людей нельзя принимать игрушки, сладости, нельзя идти с ними куда-то? Потому что все это может быть ловушкой, чтобы заманить в сети и причинить вред?

И. Бурмистрова, Витебск

- Важно объяснить мотивы других людей в соответствии с возрастом ребенка. Если ребенок помладше, тоже используйте метафоры, как в примере с цветущим садом. Например, расскажите, что мир полон разных людей, как в сказке, где есть добрые и злые персонажи. И приведите в пример ситуации, когда отрицательные персонажи делали вроде бы что-то хорошее, чтобы заманить в ловушку или обмануть главного героя.

Также необходимо установить простые и понятные правила: «Мы не берем сладости у незнакомцев, потому что это может быть опасно. Лучше расскажи мне, если кто-то что-то тебе предлагает».

Если дети постарше, то говорите с ними на эту тему как есть: даже если кто-то улыбается или произносит приятные слова, это не всегда означает, что человек добрый. За хорошим на первый взгляд поступком может скрываться желание навредить. Также расскажите ребенку о том, что очень важно доверять своим чувствам: если что-то в общении с незнакомцем кажется странным или вызывает беспокойство, то не нужно находить оправдание и убеждать себя, что это только кажется.

ВАЖНО!

Учите своих детей, что нет ничего постыдного в том, чтобы говорить о своих чувствах и переживаниях. Если кто-то запугивает их, они всегда могут обратиться за помощью. Регулярные беседы на эту тему помогут вашим детям лучше ориентироваться в окружающем мире и защитить себя от возможной опасности. Открытое общение и доверие между родителями и детьми — это ключ к их безопасности и эмоциональному благополучию.

КРИЧАТЬ И ЗВАТЬ НА ПОМОЩЬ

Как научить ребенка отказываться чужим и правильно действовать в таких ситуациях, когда, например, взрослый и сильный недоброжелатель его крепко схватил и не отпускает, запугивает и, не дай бог, бьет?

Сергей, Гомель

- Научить ребенка отказываться чужим людям можно через ролевые игры. Например, вы можете разыграть сценарий, где незнакомец

предлагает что-то интересное (например, покупает мороженое или приглашает к себе домой посмотреть мультфильм), а ваш ребенок должен ему отказать. Также необходимо обсудить и разыграть план действий в ситуации, если вдруг кто-то схватит ребенка или начнет запугивать. Важно, чтобы ребенок знал, что он в таких ситуациях может громко кричать, звать на помощь, отбиваться и пытаться вырваться. И что самое главное, важно во

КСТАТИ

Также следует объяснить ребенку, что он не должен стыдиться обращаться за помощью к другим взрослым, если чувствует себя в опасности. Поддерживайте его уверенность в том, что он имеет право защищать себя и свои границы.

время таких ролевых игр дать ребенку возможность попробовать это сделать на практике. Потому что в стрессовой ситуации возможен ступор, и все, о чем он знал, забудется, но память тела останется.