**Рекомендации психолога**

**«Как научить ребенка заботиться о своей безопасности?»**

 Каждый родитель хочет уберечь своего ребенка от непредвиденных жизненных ситуаций. Но быть рядом ежеминутно просто невозможно. Правила безопасности для детей — это то, что должны знать все мамы и папы без исключения. И не только знать, но и учить этому подрастающее поколение, помня о том, что детская безопасность во многом зависит от умения ребенка правильно среагировать на ситуацию.

 Именно от своих родителей дети воспринимают информацию лучше всего, если она правильно подается. Поэтому детская безопасность — это прежде всего терпеливая работа мамы и папы в отношении своего ребенка. Не стоит думать, что одна между делом проведенная беседа о нормах безопасного поведения дома и на улице даст нужный эффект. Прививать знания о том, как вести себя в тех или иных сложных ситуациях, которые представляют опасность для жизни и здоровья, необходимо постоянно, руководствуясь некоторыми рекомендациями:

1. Совместно с детьми составьте свод основных правил поведения, которые должны выполнятся неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Правила формулируются просто, понятно и коротко. В них должно быть только самое важное. Лучше стараться избегать частички "не", чтобы формировать позитивное отношение к правилу. Например: "Дорогу надо переходить только на зеленый сигнал светофора или по "зебре" - белым полоскам на асфальте" вместо "Не перебегай дорогу на красный свет!".

2. Не нужно ждать от ребенка, что, однажды познакомившись с правилами, он сразу их запомнит. Поэтому с детьми дошкольного и младшего школьного возраста правила обсуждайте, повторяйте, играйте, учите на регулярной основе. Подростки, в силу духа противоречия, захотят придумать собственные правила. Используйте интересные подросткам идеи: предложите снять видеоролик, записать подкаст, поучаствовать в конкурсе социальной рекламы по теме безопасности.

3. Еще одно важное условие - в правилах не должно быть противоречий. Очень важно, чтобы в семье родители не противоречили друг другу в составлении этих правил. И если мама сказала: "Переходи дорогу только на зеленый свет или пользуйся пешеходным переходом", не нужно папе говорить: "Иногда можно перейти на красный, если видишь, что машин нет". И показывайте личным примером, что эти правила важны и им стоит следовать. Дети запоминают то, что делают родители, и стремятся им во всем подражать. Потому, если вы перебегаете дорогу, "потому что так быстрее", ребенок сделает так же, оказавшись в подобной ситуации один.

4. Старайтесь поддерживать доверительные отношения с ребенком. Детям, которые всецело могут положиться на своих родителей, гораздо проще рассказать об опасности, которой они подвергались. Мама и папа, в свою очередь, будут знать, на что нужно обратить внимание и как сделать так, чтобы в аналогичной ситуации ребенок мог быстро среагировать и поступить правильно. Не бойтесь рассказывать о своих жизненных историях, в конце делая вывод о том, как нужно или не нужно вести себя. Подобные рассказы о личном опыте родителей очень хорошо влияют на поведение детей.

5.Детская безопасность — это важная часть воспитания [школьников](https://roditeliz.ru/school) и [дошкольников](https://roditeliz.ru/preschool), и потому в образовательных заведениях часто проводятся игры и конкурсы рисунков (Безопасность глазами детей, Безопасность детей — забота родителей и др.). Поддержите своего ребенка в конкурсе, помогите ему сделать материал и покажите свое серьезное отношение к этой теме. Это гарантированно закрепит несколько правил поведения в детском сознании.

6. Если в школе или детском саду проводится консультация для родителей о том, как научить чадо технике безопасности для детей, выделите время и посетите ее. На таких мероприятиях можно узнать много полезного о том, как обезопасить ребенка от воздействия внешних факторов, способных причинить ему вред. Полученная инструкция существенно облегчит задачу формирования правильного поведения ребенка в тех или иных ситуациях.

 7.Учите детей организовывать свое время и свою деятельность. Спросите вечером о его планах на завтра. Это поможет структурировать время, организовать деятельность ребенка в ваше отсутствие. Полезно не просто обсудить завтрашний день, но и составить с ребенком список дел. Сделайте этот список полезным. Предложите ребенку распределить занятия по принципу светофора. Дела, отмеченные зеленым цветом – то, что он свободно может делать сам. Желтым светом отмечаются дела, которые важно делать с вашего разрешения или при выполнении определенных условий. Красный свет - те дела, которые он не будет делать без вашего ведома ни при каких обстоятельствах.

 ***СОБЛЮДАЙТЕ ЭТИ ПРОСТЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ И ПОМНИТЕ:***

***Безопасность Вашего ребенка - в Ваших руках!***

**Педагог-психолог ППМС–центра Пензенской области Е.Н. Котунова**