



ШКОЛА

ВЫПУСК 61

июнь 2022

БЕЗ ОПАСНОСТИ

Тема номера: «Они ни о чём нас не просят...»

«Школу потрясла трагическая новость: 9-классница Настя покончила с собой... Педагоги шокированы: разве можно было ожидать от неё такого поступка? Всегда улыбалась, была самостоятельная, никому не жаловалась. Собравшись в классе, ребята вспомнили, что мало с ней общались. Настя была отзывчивой, легко откликалась на просьбы других, но сама никого ни о чём не просила...»

Не обращалась за помощью... Всегда ли это говорит о самостоятельности и о возможности успешно справляться с трудностями? Нередко одиночество и невозможность обсудить свою проблему загоняет человека в угол и приводит к трагедии. Умение обратиться за помощью – один из социальных, жизненно важных навыков. Начиная с детского сада, он помогает в адаптации. Если малыш не может попросить о помощи воспитателя или его помощника, ему очень трудно решать постоянно возникающие проблемы, начиная с бытовых (одеться, сходить в туалет и т.д.), до сложностей в общении со сверстниками (не поделили игрушку, поссорились из-за роли в игре и т.д.). Ребёнок, который не справляется сам и не просит помощи, теряет ощущение безопасности, чувствуя свою беспомощность.

Безусловно, самостоятельность нужна, но не со всеми проблемами ребёнок и даже подросток может и должен справляться сам. Например, в ситуации буллинга помочь детям может только взрослый. Начиная с дошкольного возраста, многие дети слышат стандартные фразы: «Разбирайтесь сами!», «Ну что, опять сама не можешь?», «Не жалуйся!». Ребята воспринимают их как отказ от помощи, как посыл «взрослым не до нас» и перестают

подходить с просьбами и рассказами о трудностях. Особенно это характерно для робких, стеснительных и неуверенных в себе детей. Но и другие, столкнувшись с трудностями и не получив поддержки, теряют уверенность в том, что в сложной ситуации стоит обратиться к кому-либо из взрослых и не спешат к ним с такими просьбами.

Навык обращения за помощью нужно развивать у ребёнка с ранних лет. Если этот навык не сформирован, в ситуации, когда детям трудно, они могут плакать, замыкаться в себе, гневаться, проявлять неготовность ждать, привлекать к себе внимание с помощью плохого поведения.



Уметь попросить о помощи – это готовность признать: сам не могу справиться, нужна помощь другого человека, готовность обратиться к взрослому или сверстнику, принять согласие помочь и объяснить своё затруднение, а в случае отказа или невозможности отсрочки в оказании помощи – найти другого взрослого или сверстника и повторить просьбу. Но для готовности обратиться за помощью мало уметь осознать, в чём нужна помощь, и грамотно сформулировать запрос, этот навык предполагает **доверие к окружающим**.

Готовы ли ребята к этому? Один из опросов, проведённых Центром ППМС-помощи

города Рязани среди школьников, показал, что среди них больше всего тех, кто в случае трудного конфликта или травли обратится за помощью к сверстникам, меньше – к родителям, ещё меньше – к учителям. И очень тревожная цифра – **каждый пятый школьник** в трудной жизненной ситуации не обратится ни к кому! А ведь в трудной ситуации может решаться вопрос сохранения самой жизни!

Почему же нашим детям и подросткам так непросто обратиться за помощью, причём труднее – ко взрослым (хотя сверстники могут помочь не во всех ситуациях)? Частая причина – недостаток доверия, различные проблемы взаимоотношений и страхи. В отношениях со сверстниками ребята находятся на равных, а в отношениях со взрослыми – в более слабой позиции, к тому же друзей выбирают, а родителей и педагогов – нет.

Прежде чем ждать доверия от ребёнка, педагогу или родителю нужно задуматься и честно ответить на вопросы: а сейчас Вы точно тот взрослый, к которому можно прийти со всем, чем угодно, с любой проблемой или неприятностью? дадите ли Вы нужную поддержку? найдёте ли Вы правильные слова? сумеете ли справиться с собственными эмоциями и переживаниями? безопасно ли ребёнку говорить Вам правду? Доверие появляется тогда, когда ребёнок не боится взрослого и чувствует себя рядом с ним защищённым.

Очень важно, чтобы взрослые сами доверяли ребятам и не обесценивали то, что они рассказывают, не принижали значимость детских чувств и трудностей. Дети ощущают это, и если в дошкольном возрасте ещё сохраняют открытость, то к подростковому возрасту они закрываются и не стремятся рассказать о том, что их волнует. Важно уметь и слушать детей, и приводить примеры из своей жизни, рассказывать о своём опыте и ошибках. И, конечно, не пересказывать другим то, чем искренне поделился ребёнок или подросток. И не обманывать детей, даже «во благо».

Дети чувствуют эмоциональную зрелость взрослых, готовность выслушать и принять любую информацию, быть эмоциональной опорой. Если родитель или педагог начинает кричать или демонстрирует испуг вместо сострадания и готовности помочь, ребёнку проще не рассказывать, а искать помощи у сверстника или оставить все беды при себе.

«Сам виноват!» – дети с самого маленького

возраста слышат обвинения в разных ситуациях: пролил на себя суп, упал с велосипеда, подрался... И когда дети ощущают одиночество, становятся объектом травли или домогательств, они легко по аналогии делают вывод: «я сам виноват/сама виновата, поэтому от взрослых бессмысленно ждать помощи, будут только ругать». Как довериться, когда вместо помощи и поддержки хочется спрятаться от обвинений?

Дети и подростки очень чувствительны к справедливости. Если педагог не заботится о благополучии каждого из детей, а больше обращает внимание на «любимчиков», это вносит напряжённость во взаимоотношения с детьми и не способствует доверию. Нужно ли добавлять, что излишняя строгость в общении, злоупотребление авторитетом тоже мешают детям обратиться за помощью? К сожалению, бывает, что поведение педагога реально вызывает страх не только у детей, но и у родителей и даже у коллег-учителей.

Невозможно уберечь детей от всех проблем, сложностей, неприятностей. Задача



взрослых – не только научить детей и подростков самостоятельно преодолевать трудности, но и оказать им поддержку, научить воспользоваться помощью окружающих, видеть в ней ресурс преодоления трудных ситуаций, чтобы, несмотря ни на что, сохранить и дальше строить свою жизнь, даже если очень трудно, даже если иногда – «с нуля». Важно, чтобы каждый из детей в детском саду или в школе мог довериться и обратиться за помощью, хотя бы к одному человеку. Порой от этого зависит жизнь ребёнка.

Выпуск подготовили:
Е.В. Кесслер, Ю.В. Одинцова

Предложения, вопросы, пожелания
присылайте по адресу: psiora@gmail.com