

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### Один дома: самостоятельность и безопасность

Взрослый мир, увлекательный и разнообразный, таит в себе не только приятные моменты и новые открытия, но и опасности. К сожалению, с такими навыками, как самостоятельность и умение оценивать риски, никто не рождается. Как же помочь ребенку вырасти самостоятельным, и сделать этот процесс максимально безопасным с учётом возрастных особенностей?

Важно не только рассказать о потенциальных опасностях, связанных с использованием бытовых приборов и непрошенными гостями, но и научить ребенка правильно проводить время в отсутствие родителей.

«Так, может, включить ребенку компьютер или дать смартфон, и он даже не заметит наше отсутствие?» — могут спросить некоторые мамы и папы. С одной стороны, это вариант. С другой, интернет может быть как источником полезной информации, так и источником деструктивного воздействия. Особенно это касается детей старше 10–11 лет, которые уже умеют обходить многие запреты, установленные родителями на телефонах, планшетах и компьютерах.

#### Чем занять ребёнка в отсутствие взрослых?

Дошколят можно попросить нарисовать картинку на совместно выбранную с ребёнком тему.

Для детей 7–10 лет отличным отвлечением от отсутствия взрослых могут стать несложные домашние дела: сложить в шкаф свои вещи или разобрать игрушки. Постарайтесь организовать время ребёнка так, чтобы у него не было желания заняться чем-то небезопасным, пока вас нет дома. И обращайте внимание на то, чтобы эти занятия вызвали положительные эмоции. Иначе у ребёнка может закрепиться в памяти ситуация, что, когда родители уходят из дома, ему приходится не только оставаться одному, но и делать то, что не приносит радости.



Что касается подростков, то мамам и папам необходимо понимать: чем взрослее становятся дети, тем сложнее их контролировать. В возрасте 11–15 лет не подойдут рутинные бытовые задачи или творческие задания. Подросток уже начал путь сепарации от родителей, и ему крайне важно проявлять свою самостоятельность. Следует уделять внимание разговорам о возможных последствиях неосторожного или необдуманного поведения. И идеальным вариантом будут дружелюбные беседы, в которых родитель выступает как более опытный наставник.

#### Брат за сестру, сестра за брата

Если в семье растут несколько детей, то рано или поздно наступает время, когда старшим приходится заботиться о младших. Следует подготовить старшего ребёнка к выполнению определенных обязанностей.

Шаг 1. Определите степень ответственности, исходя из возраста и возможностей более взрослого брата или сестры. Например, в 5–7 лет старшему ребёнку можно доверить играть с малышом, показывать ему книжки и пересказывать их содержание. Начиная со школьного возраста, старшие дети могут помогать собирать малышей на прогулку, кормить их, вместе делать утренние и вечерние гигиенические процедуры. Главное — все это должно происходить под присмотром родителей. Даже в 10 лет ребёнок еще не до конца оценивает свои возможности, особенно физические. И сам того не желая, просто не рассчитав силы, может случайно навредить малышу.

Шаг 2. Развивайте «родственные» чувства. Младший ребёнок не должен бояться обратиться за помощью к старшему, а тот, в свою очередь, должен уметь помочь по мере возможностей. Особенно это актуально, когда старший ребёнок — подросток и его мир уже

выходит за пределы семьи, а забота о «мелких» кажется чем-то противоестественным и навязанным. Напоминайте ему о том, что он сам был таким же, не умел делать многих вещей, а теперь может передать свой опыт маленькому человеку.

### **Если пришлось оставить ребенка дома одного, обеспечьте максимальную безопасность**

- ➡ На высоких этажах закройте окна так, чтобы даже у школьника не было возможности открыть их самостоятельно.
- ➡ Отключите приборы, некорректное использование которых может привести к пожару.
- ➡ Уберите предметы, которыми ребенок по неосторожности может пораниться.
- ➡ Обязательно уберите лекарственные средства в недоступное для ребенка место.
- ➡ Договоритесь с соседями или другими родственниками о возможности их быстрого прихода к ребенку в случае Вашей задержки, или если Вы не можете дозвониться до него продолжительное время. Предупредите ребенка о возможном обоснованном появлении в квартире данного человека.
- ➡ Заранее научите ребенка звонить в экстренные службы в случае возникновения нестандартных ситуаций и невозможности связаться с близкими взрослыми.

## **ОДИН ДОМА: рекомендации по возрастам**

### САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ



#### Дети 5-7 лет

В этом возрасте дети редко остаются без присмотра. Но если так случилось, психологи **НЕ** рекомендуют в этом возрасте оставлять малыша одного более, чем на 15-30 минут.



У ребёнка 5-7 лет ещё есть большой страх одиночества. К тому же дети-дошкольники не умеют в полной мере оценивать окружающую обстановку и делать выводы о возможных последствиях своих поступков.



### САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ



#### Дети 7-11 лет

Первоклассник уже вполне способен сам занять себя на время отсутствия родителей. К самостоятельному нахождению дома его нужно приучать постепенно: сначала на 15 минут, потом — на 30 и **поступательно увеличивать время**.



По возвращении каждый раз обсуждайте, как себя чувствовал ребёнок.

Каждый ребёнок индивидуален. Прежде, чем оставить ребёнка дома одного, убедитесь, что он к этому готов.



**В любом возрасте дети должны знать простой и понятный алгоритм действий, как в стандартных, так и в непредвиденных ситуациях, и уметь позвонить родителям, а при необходимости в службу спасения.**

С уважением,

педагог-психолог МАУ ДО «ДД(Ю)Т» Каплина А.Ю.

Консультация подготовлена с использованием материала научных сотрудников Института воспитания «Безопасность детей: как развивать самостоятельность в ребёнке».

Электронный ресурс: <https://dzen.ru/a/ZMfnVDw0hzqmiddB>