

Сохранение здоровья детей и формирование культуры безопасного, ответственного поведения, в отношении своей жизни и здоровья на сегодняшний день является темой очень актуальной. Безопасность ребенка представляет с собой состояние защищенности его жизненно важных интересов от внутренних и внешних угроз. Ребенку необходимо быть нужным, важным, знать, что его принимают «любого».

Современный мир, имеющий развитую инфраструктуру, предоставляющий как взрослому, так и ребенку широкие возможности для самореализации, реализации жизненно важных тех самых сокровенных интересов, предлагает также массу стрессов и рисков, к которым особо восприимчива незрелая, формирующаяся личность ребенка.

Основные риски стрессовых факторов детства – рост конфликтов в отношении между людьми, внутри личностные конфликты, деструктивные модели поведения взрослых, которые дети применяют к себе как модель поведения, снижение влияния семьи как основной базовой авторитетной группы, замещение семьи интернет-сообществом, снижение возможности влияния традиционных педагогических методов воздействий (беседы, лекции и т.д.), кризисы воспитания в семьях, невнимательность к нервно-психологическому состоянию детей, социокультурные факторы (такие как, средство массовой информации, кино, социальные интернет сети) которые несут сцены насилия, асоциального поведения.

При нахождении в стрессовых и с повышенным риском ситуациях, когда высок уровень напряжения, ребенок действует, как правило, не думая о поступке.

Принято выделять следующие функции психологической помощи в стрессовой ситуации:

1. Помочь ребенку разработать и применить на практике стратегию поведения, которая позволит избежать, уменьшить или модифицировать степень подверженности стрессовым воздействиям, что значительно позволит снизить уровень напряжения.
2. Помочь ребенку развить и применять на практике навыки, снижающие повышенный уровень психофизиологической реактивности и уровень психофизиологического функционирования.

3. Помочь ребенку в разработке и практическом применении методик (моделей поведения), направленных на адекватное выражение или использование стрессовой реакции.

От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить в сознании навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит в последующем реальный образ жизни, препятствующий или способствующий успешной социализации, стрессоустойчивости, самореализации личности.