**Где ждать подвох**

Говоря о детской безопасности, можно выделить 3 типичных конфликтных ситуации, в которые попадают дети:

Конфликтные ситуации

1. со сверстниками
2. со старшеклассниками
3. со взрослыми

Конфликты со сверстниками чаще всего происходят в школе, детсаде, на детской площадке, где очень часто общаются именно по возрастному принципу. Противоречия могут возникнуть на любой почве, и не всегда ребенок может даже понять, что он столкнулся с актом агрессии. Поэтому важно объяснять детям критерии неадекватного поведения, нарушения личных границ или угрозы психологического воздействия.

Столкновения со старшеклассниками начинают происходить тогда, когда ребенок уже посещает какие-то секции и кружки, где пересекаются представители разных классов. Тренируются они, как правило, отдельно, но раздевалки для всех общие, и здесь как раз может возникнуть конфликт. Причем в данном случае ситуация усугубляется тем, что между оппонентами есть явная разница в силе и возрасте.

Но самая опасная угроза — это конфликты со взрослыми. Дело не только в их физическом превосходстве, но и в том, что большие могут изощренно психологически воздействовать на эмоции ребенка, манипулировать им. Поэтому очень важно объяснять ребенку, что не все взрослые хорошие и для достижения своих целей по-разному могут пытаться вывести его из равновесия.

**Карта нападения**

Чтобы понятнее объяснять, как грамотно предотвращать любое нападение еще на этапе намерения, я использую схему, по которой действуют все преступники и хулиганы. Она состоит из 4 пунктов: выбор жертвы, изоляция, выход на атаку и сама атака. Разберем их подробнее.

**Выбор жертвы**

Это первое, что предпринимает нападающий. Жертва выделяется агрессором чаще всего по совокупности нескольких критериев, которые провоцируют нападение. Чаще всего это походка (шаг, скорость движения, осанка) и взгляд.

Чаще всего, человек, который идет уверенной походкой, размеренно, с постоянной скоростью, не вызывает интереса у преступников, т.к. они подсознательно чувствуют, что человек собран и может дать отпор. Двигаться нужно плавно, следить за осанкой - спина прямая и плечи расправлены. Не меньшее внимание нужно уделять глазам. Когда человек чувствует себя неуверенно, его взгляд меняется: он подавленно смотрит вниз, растерянно озирается по сторонам, проецируя тем самым ощущение неуверенности. Такая демонстрация слабости делает человека заметным для нападающих,  и поэтому важно контролировать выражение своего внутреннего состояния. Для этого требуется усилие и тренировка, но ничего сложного в этой задаче нет.

**В общении с детьми родителям также стоит обращать внимание на их состояние, в школе, на прогулке, в секции. Если в телефонном разговоре вы понимаете, что ребенок устал, подавлен или у него какие-то проблемы, то лучше встретить его в этот день из спортивной секции, не допуская опасности.**

**Изоляция**

На стресс человек реагирует 3 способами: ступор, побег или сопротивление. Чтобы предотвратить 2 последних, преступник обычно старается настигнуть жертву там, где ни убежать, ни позвать на помощь не получится.

Изоляция может быть пассивной и активной. Первая предполагает, что злоумышленник достаточно долго преследует жертву на удаленной дистанции, не выдавая себя до того момента, когда обстановка будет благоприятствовать нападению. Вторая — самая опасная — это когда преступник предпринимает активные действия, чтобы изолировать свою цель. Это не обязательно физическое воздействие: похищение, применение силы и т. д. Изолировать, особенно ребенка, можно с помощью психологических манипуляций: предложить сладости, попросить помочь, привлечь внимание с помощью животного и т. д. Поэтому очень важно донести до ребенка, что взрослому человеку (если это не родители и родственники) он ничем помочь не может, и если незнакомцы обращаются к нему с подобными просьбами, то нужно уходить или просить о помощи.

**Атака**

Прежде чем атаковать, нападающему нужно приблизиться к жертве на определенную дистанцию. Для акта насилия всегда нужны удобные условия, и первоочередная задача — помешать агрессору их создать.

Как распознать начало атаки? Если вы видите, что подозрительный человек пытается с вами поравняться или резко ускорил шаг по направлению к вам, если кто-то пытается преградить вам путь или резко изменил траекторию движения и стремиться в вашу сторону, нужно собраться и предпринимать действия: голосовые команды («Не подходите», «Остановитесь»), бегство, отступление на безопасную дистанцию. Можно прибегнуть и к другим способам: окрики, бросание предметов. Если вы замечаете неестественное движение автомобиля, то нужно отойти дальше от проезжей части или зайти в здание.

**Не нужно забывать, что атаковать преступник может не только с помощью физической силы. Не меньший вред эмоциональному здоровью наносят угрозы и вербальное воздействие. Психологическая атака — самая коварная, т. к. в этом случае не остается видимых улик.**

И физическое воздействие тоже может быть скрытым, например, насилие. Поэтому особенно важно быть чуткими и внимательными к детям, учится понимать их эмоции и состояние, т. к. не о всем они могут решиться рассказать.

**Предупрежден, значит, вооружен**

Чтобы повысить безопасность ребенка и подготовить его к возможным конфликтным ситуациям, нужно, чтобы он был осведомлен о принципах мышления нападающего, которые были описаны выше. Усвоив эту информацию, он уже повысит свой уровень подготовки.

Второй фактор, который влияет на безопасность, — это бдительность. Мы не должны воспитывать параноиков, но необходимо научить детей быть внимательными к тому, что происходит вокруг и анализировать ситуацию. Важно, чтобы ребенок не стеснялся просить о помощи. Это умение можно даже потренировать дома, чтобы вербальный зажим исчез.

Нужно укреплять психологическую готовность и внутреннее умение справляться со стрессом. В ситуации нападения очень важно уметь быстро собраться мыслями и действовать. Здесь одних разговоров может быть недостаточно, поэтому стоит рассмотреть вариант посещения занятий по самообороне.

Безусловно, важен физический тонус. Реальность такова, что то, кто крепче и выносливее, лучше сможет выйти из ситуации нападения, как минимум быстро убежать. Поэтому, для общего развития вообще, стоит отвести ребенка в какой-то спортивный кружок или клуб единоборств.