

# *Сохранение психологического здоровья детей в ДОУ*

Педагог-психолог

МБДОУ ЦРР

детский сад № 3 «Светлячок»

Диянова А.В.



Термин *«психическое здоровье»* был введен Всемирной организацией здравоохранения. В докладе Комитета экспертов данной организации «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей» отмечено, что нарушения их психического здоровья связаны как с соматическими заболеваниями или дефектами физического развития, так и с различными неблагоприятными факторами и стрессами, воздействующими на психику и связанными с социальными условиями.



**Здоровье** – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических недостатков

## **Психическое здоровье** - это

- способность адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители;
- общий душевный комфорт;
- адекватное поведение;
- умение управлять своими эмоциональными состояниями, преодолевать стресс;
- психическая активность, потребность в саморазвитии, в познании себя.



## *Осложненные варианты развития, с которыми может встретиться воспитатель в своей работе.*

### *Невротические состояния-*

проявляются в эмоциональных срывах, неустойчивости поведения, агрессивности или же вялости, апатичности. Они связаны иногда с плохим самочувствием, усталостью или с конкретной эмоциогенной ситуацией (отобрали любимую игрушку, обидели). Разрешается ситуация, поправляется здоровье и нежелательные проявления проходят. Однако, дети с подобными реакциями входят в «группу риска», у них может развиваться невроз.

**Невроз-** достаточно устойчивое нарушение многих сторон личности и деятельности ребенка, сопровождающееся чувством неуверенности, тревожностью, проблемами в сфере общения (особенно со сверстниками). У невротика могут быть страхи, плохой сон, различные психосоматические заболевания (головная боль, тошнота, ночное недержание мочи, заикание, навязчивые действия и движения, тики и др.) При правильном воздействии взрослых невроз может быть преодолен полностью.



**Депри-  
вация**

*Сенсорная*

*Эмоциональная*

*Социальная*

*Аутизм*

*Гиперактив-  
ность с  
нарушением  
внимания*

**Нарушение психического здоровья** характеризуется наличием отклонений:

- **Сомато-вегетативного:** сон, аппетит, боли, повышенная потливость.
- **Эмоционального:** жестокость в обращении с другими детьми или животными, не эмоциональность; не критичность к своим поступкам; не понимание дистанции в общении со взрослыми; грубость.
- **Психомоторного характера:** энурез, энкопрез; двигательная расторможенность; медлительность, заторможенность; теребит одежду, теребит или выдергивает волосы, облизывает губы, грызет ногти, сосет палец, наморщивает нос или лоб, имеет нервные тики, мигает, онанирует.

**Факторы риска**, которые вызывают нарушения психического здоровья: **субъективные и объективные**

### **СВЯЗАННЫЕ С ДОУ:**

- Встреча с чужим значимым взрослым.
- Организация предметно-пространственной среды.
- Недостаток в организации игровой деятельности.
- Конфликтные взаимоотношения со сверстниками.

### **СВЯЗАННЫЕ С СЕМЬЕЙ:**

- Резкое отделение ребенка от матери (помещение ребенка в ясли, рождение второго ребенка).
- Явление «родительского программирования».
- «Неправильный» стиль семейного воспитания.
  - Авторитетный
  - Либеральный
  - Авторитарный
  - Индифферентный



# Типы воспитания детей

## в ДОУ

- авторитарный,
- демократический
- либеральный

**лично  
стная**

**модель  
взаимоде  
йствия с  
детьми:**

**учебно  
-  
дисци  
плина  
рная**

## в Семье

- диктат
- гиперопека
- невмешательство
- сотрудничество





# Рекомендации по сохранению психического здоровья:

- Соблюдение режима дня.
- Организация рационального двигательного режима детей.
- Создание теплой, радушной атмосферы в доме.
- Применение приемов эффективного общения.
- Проявление любви и внимания к детям.



# *Вывод:*

Наиболее благоприятное влияние на улучшение состояния психического здоровья детей дошкольного возраста оказывают

*сотрудничающий тип воспитания,*

используемый *в семье* и *демократический тип*

*воспитания в дошкольном образовательном*

*учреждении.*





B  
U  
M  
M  
S  
H