




# Секреты психологического здоровья

МДОУ детский сад №14  
Педагог-психолог  
Рыжова А.В.



Научная категория "психологическое здоровье" была введена и наиболее детально разработана Дубровиной Ириной Владимировной (1991г) (доктор психологических наук, профессор).

**И.В.Дубровина дает такое определение психологического здоровья:**

Динамическая совокупность психических свойств обеспечивающих:


- а) гармонию между различными сторонами личности человека, а также между человеком и обществом
- б) возможность полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности.



**Психологическое здоровье** - ЭТО не только душевное, но еще и личностное здоровье.


## **Психологически здоровый человек**

- разумен,
- открыт к сотрудничеству,
- защищен от ударов жизни
- и вооружен необходимым инструментарием, чтобы справляться с жизненными вызовами.




# Психологическое здоровье в детском саду обеспечивает:

- Учет возрастных и индивидуальных особенностей;
- гендерный подход;
- проведение игр, способствующие снятию агрессивности, тревожности, повышению самооценки;
- психологическое просвещение и консультирование педагогов.



# Благоприятный психологический климат семьи:

- сплочённость семьи;
- возможность всестороннего развития личности каждого её члена;
- высокая доброжелательная требовательность членов семьи друг к другу;
- чувство защищённости и эмоциональной удовлетворённости;
- гордость за принадлежность к своей семье, ответственность.



## Чтобы сохранить психологическое здоровье ребёнка необходимо:

- Иметь представление о различных этапах в жизни ребёнка;
- Относиться к ребёнку как к равноправному партнёру;
- Принимать активное участие в жизни семьи;
- Всегда находить время, чтобы поговорить с ребёнком;
- Интересоваться проблемами ребёнка, вникать во все возникающие в его жизни сложности;
- Помогать ребёнку развивать свои умения и таланты;
- Уважать право ребёнка на собственное мнение.

# Волшебные слова

В ОБРАЩЕНИИ С РЕБЁНКОМ



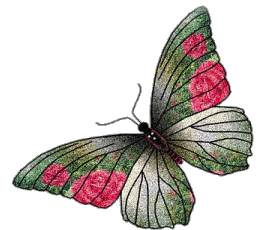


**«Я тебе  
доверяю»**





**«Я рада,  
что ты у меня  
есть»**





**«Я тебя люблю»**

# «Я тебя понимаю»

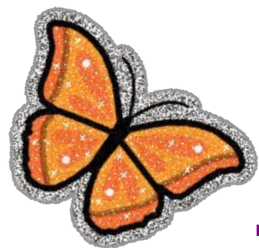




**«У тебя  
всё  
получится»**

# «Мы всегда с тобой»





**Желаем вам удачи  
в стремлении всегда  
оставаться мудрыми  
родителями!**

**Спасибо за внимание!**

