

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Центр образования № 35»

**Презентация на тему:**  
*«Психологическое здоровье детей  
дошкольного возраста»*



Презентацию подготовила:  
Педагог-психолог  
Самыкина Елена Александровна

г. Тула, 2020г.

## *Здоровье – это...*

состояние полного физического, духовного и социального благополучия ,а не только отсутствие болезней и физических дефектов.



## *Психологическое здоровье – это...*

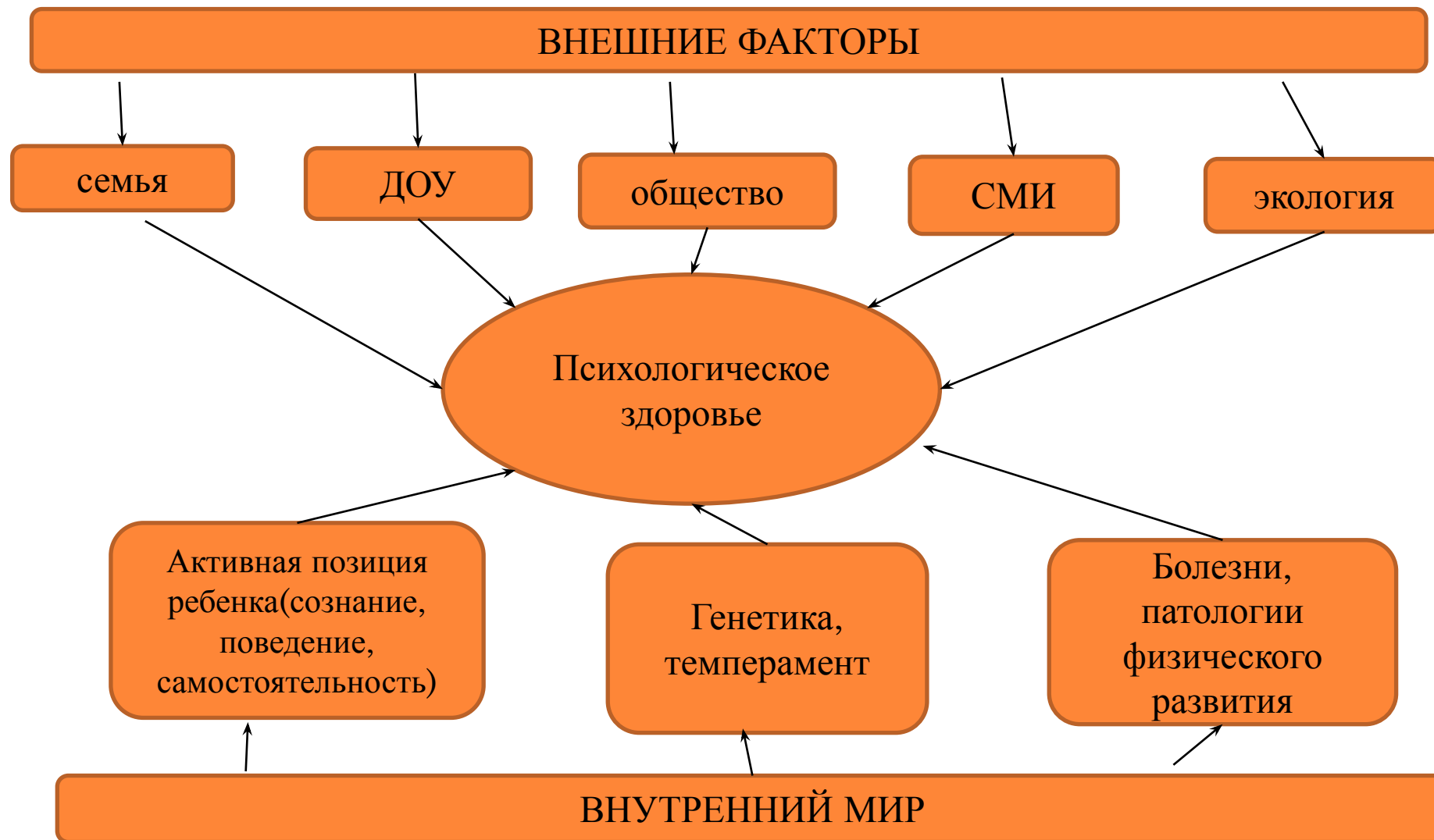
состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических проявлений, обеспечивающее адекватную регуляция поведения и деятельности.



*ЗДОРОВЫЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ  
ПЛАНЕ РЕБЕНОК — ЭТО РЕБЕНОК  
ВЕСЕЛЫЙ, СПОНТАННЫЙ, ТВОРЧЕСКИЙ,  
ПОЗНАЮЩИЙ БОЛЬШОЙ МИР РАЗУМОМ И  
ИНТУИЦИЕЙ*



На эмоциональное состояние дошкольника, а значит, на его гармоничное развитие и ощущение себя в мире, воздействуют две группы факторов – **ВНЕШНИЕ И ВНУТРЕННИЕ**.



## *Уровни психологического здоровья*

- *Первый (креативный)* – к нему относятся дети с устойчивой адаптацией к окружающей среде, силами для борьбы со стрессовыми ситуациями и творческим отношением к реальности. Такие дети не нуждаются в психологической помощи.
- *Второй (адаптивный)* – дети, которые в целом адаптированы к обществу, но у них существует повышенная тревожность, страхи.
- *Третий (дезадаптивный)* – самый низкий, к нему относятся дети, которые стремятся приспособиться к внешним обстоятельствам, жертвуя своими возможностями или желаниями. Или же используя активную наступательную позицию, подчиняя окружающих своим потребностям. Отнесенные к этому уровню дети нуждаются в индивидуальной психологической помощи.





## *ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ*

Родители мало уделяют  
внимания эмоционально-  
личностным особенностям  
детей

Низкая  
самооценка

Наличие  
страхов



Повышенный  
уровень  
тревожности

Преобладание  
отрицательных  
эмоций



## *Условия приобретения и сохранения психологического здоровья детьми*

- Для нормального развития ребенка необходимо уже не только собственное общение с матерью и отцом, но и наличие теплых, доброжелательных отношений между родителями. Конфликтные взаимоотношения или их крайний вариант – развод нарушают процесс идентификации. Кроме того, важен и опыт общения с воспитателями детского сада, который ляжет в основу восприятия ребенком последующих чужих значимых фигур.
- Содействие формированию активности ребенка, которая особо необходима ему для саморегуляции. Очень важно, чтобы в сензитивный период активность ребенка получила возможность реализации в условиях позитивного общения и соответствующим образом организованного обучения. Неадекватная организация блокирует активность, снижает ее уровень или придает ей другую направленность.





- Наличие опыта самостоятельного преодоления препятствий. Широко распространенное мнение о необходимости полного эмоционального комфорта абсолютно неверно.
- Всемерная поддержка развития рефлексии, когда взрослый побуждает ребенка к пониманию себя, своих особенностей и возможностей, причин и последствий своего поведения.
- Наличие ценностных ориентаций в развитии ребенка, когда он получает возможность приобщиться к идеалам взрослых, их жизненным устремлениям и соответственно этому строить свое миропонимание.



## *Как сохранить психическое здоровье ребенка (памятка для родителей)*



- Всегда находите время поговорить с ребенком. Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их.
- Не оказывайте нажима на ребенка, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на собственное мнение.
- Научитесь относиться к ребенку как равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом.
- Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания "психологические пощечины".
- Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой. Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.
- Осознайте, что взрослеющий ребенок не всегда адекватен в своих поступках в силу физиологических особенностей. Умейте прощать, "лечите" добром.
- Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми. Этим вы снижаете его самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.
- Следите за выражением своего лица, когда общаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо - "психологическая пощечина" ребенку.

*Спасибо за внимание!*

