

# Психическое и психологическое здоровье ДОШКОЛЬНИКОВ

Подготовила старший  
воспитатель ГБДОУ детский сад №85  
Иванова Е.В.

Термин “психическое здоровье” был введен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). Термин неоднозначен, он связывает собою две науки и две области практики - медицинскую и психологическую.

**Психическое здоровье – это состояние, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям действительности регуляцию поведения и деятельности.**

Психологическое здоровье – это совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной саморегуляции. В психолого-педагогической литературе выделяются и такие характеристики психологически здоровой личности:

- хорошо развитая рефлексия;
- принятие себя;
- принятие других людей;
- стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации.

## Характеристики психологически здоровой личности:

1. хорошо развитая рефлексия;
2. принятие себя;
3. принятие других людей;
4. стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации.

**термин  
“психическое  
здоровье” имеет  
отношение,  
прежде всего к  
отдельным  
психическим  
процессами  
механизмам**

**термин  
“психологическое  
здоровье”  
относится к  
личности в целом.**

Способы поведения в критических ситуациях формируются в детстве и становятся устойчивыми личностными образованиями. **Конструктивное поведение**

обеспечивает жизненную стойкость человека, его способность противостоять трудностям, сохраняя себя как целостную личность.

**Неконструктивное поведение**

может выступить в качестве фактора, вызывающего нарушения психического здоровья.

# Факторы, оказывающие влияние на психическое здоровье ребенка

- социально-культурный,
- социально-экономический,
- социально- психологический

# социально-культурный фактор

Причины:

1. Ускорением темпа современной жизни,
2. Дефицит времени
3. Недостаточные условия для снятия эмоционального напряжения и для расслабления.

Следствия:

1. Чрезмерная загруженность родителей
2. Невротизация
3. Появление множества личностных проблем.

Подобная личностная дисгармония родителей находит свое отражение в развитии детей и оказывает негативное влияние на их психику.

# СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ

1. Неудовлетворительные жилищно-бытовые условия,
2. Занятость родителей,
3. Ранний выход матери на работу и помещение ребенка в сад

при частых и длительных разлуках с матерью у детей раннего возраста нарастает потребность в привязанности, что может привести к появлению невротических реакций

# Социально-психологический фактор

1. Дисгармония семейных отношений
2. Дисгармония семейного воспитания
3. Нарушения в сфере детско-родительских отношений.

психосоциального развития (помимо

здоровой нервной системы) признается

спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей или замещающих их лиц, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка, беседуют и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют наблюдение и обеспечивают материальными средствами, необходимыми ребёнку».

# Типы неправильного

воспитания:

Гарбузов В.А., Захаров В.И. и Исаев Д.Н. выделяют три типа неправильного воспитания.

- 1. Неприятие**, эмоциональное отвержение ребенка (осознаваемое или неосознаваемое), присутствие жестких регламентирующих и контролирующих мер, навязывание ребенку определенного типа поведения в соответствии с родительскими понятиями о «хороших детях». Другой полюс отвержения характеризуется полным равнодушием, попустительством и отсутствием контроля со стороны родителей.
- 2. Гиперсоциализирующее воспитание** – тревожно-мнительное отношение родителей к здоровью, успехам в обучении своего ребенка, его статусу среди сверстников, а также чрезмерная озабоченность его будущим.
- 3. Эгоцентрическое** – чрезмерное внимание к ребенку всех членов семьи, присвоение ему роли «кумира семьи», «смысла жизни».

# Негативные тенденции личностного развития

Демонстративность

```
graph TD; A(Демонстративность) --> B(Агрессивность); A --> C(Тревожность);
```

The diagram consists of three ovals. At the top is a large blue oval containing the word 'Демонстративность'. Below it are two smaller ovals: a green one on the left containing 'Агрессивность' and a cyan one on the right containing 'Тревожность'. A green arrow points from the bottom of the blue oval to the top of the green oval, and a blue arrow points from the bottom of the blue oval to the top of the cyan oval.

Агрессивность

Тревожность

# Нарушения нервно-психического здоровья

СДВГ

астенический  
синдром

фобии

# Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ)

В дошкольном возрасте, как правило, он не ставится и особого беспокойства не вызывает.

## Основных причин у СДВГ две.

**Первая** — неблагоприятное протекание беременности или родов, которое может привести к минимальным мозговым дисфункциям (ММД). Биологически мозг ребенка здоров, но функционирует он дисгармонично. В данном случае возбуждение распространяется по всей коре больших полушарий, что приводит к тому, что ребенок не может успокоиться, собраться, сконцентрировать свое внимание (не образуется устойчивая доминанта).

**Второй** причиной является неблагополучие в семейных отношениях, неумение родителей с пониманием и заботой отнестись к особенностям своего ребенка. Если же отец и мать заботятся о нем, прислушиваются к нему, откровенно проявляют свою любовь, то СДВГ не приводит к серьезным нарушениям в поведении: ребенок неагрессивен, расслаблен, старается вести себя хорошо.

# Астенический синдром

1. Быстрое утомление

2. Вялость

3. Нежелание играть в активные игры.

4. Темп деятельности очень медленный

# Фобии

Страх — это признак неблагополучия в родительско-детских отношениях в той или иной степени. Чем сильнее страх - тем менее удовлетворена потребность ребенка в родительской любви. Когда ребенок счастлив, удовлетворен жизнью, когда родители проявляют к нему любовь и заботу, ему ничего не страшно.

# Действия педагога:

1. Создание эмоционально-благоприятной обстановки
2. Доброжелательный стиль общения
3. Индивидуальный подход
4. Просветительская работа с родителями

# Правила общения с родителями

1. Не говорить о ребенке плохо, нужно говорить о его поступках.
2. Никогда не **обсуждать** поступки ребенка в присутствии других родителей.
3. Не сообщать негативную информацию родителям утром. Ведь у родителя, которому идти на работу ,настроение будет испорчено,
4. Общаться с родителями на равных, а не ставить себя выше.



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**