

# Консультация для родителей

## «Психологическое здоровье детей дошкольного возраста»

Психологическое здоровье является необходимым условием функционирования и развития ребенка в процессе его жизнедеятельности. Оно представляет собой динамическую совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между потребностями человека и общества, являющихся предпосылкой ориентации индивида на выполнение своей жизненной задачи. С одной стороны, оно является условием адекватного выполнения своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает ему возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Психологическое здоровье у дошкольника ассоциируется со счастьем, добром, красотой, силой ума, с весёлым, хорошим настроением.

### Психологическое здоровье детей строится на таких компонентах как:

- Положительном эмоциональном состоянии ребёнка;
- На дозволенности ребёнку самореализовываться и самоутверждаться;
- На развитии у ребёнка коммуникативной и интеллектуальной сфер жизнедеятельности;
- На развитии и формировании эмпатии (что это такое – это научить ребенка сопереживать окружающим);
- **На частичную «ликвидацию» или «подавление» определённых черт характера:**
  1. Агрессивность;
  2. Страхи;
  3. Робость, застенчивость;
  4. Эмоциональная неустойчивость;
  5. Повышенная возбудимость.



Эти компоненты психологического здоровья обусловлены общим психическим развитием, формированием новой системы психических процессов, где важное место занимает мышление и память. Ребенок дошкольного возраста способен не только наблюдать за реальными объектами включать их в свою деятельность, но и устанавливать причинно-следственные связи, ориентироваться в окружающем его мире и планировать свои действия.

Таким образом, мышление ребенка отрывается от чисто наглядной основы, т. е. переходит от наглядно-действенного к наглядно-образному (в основе лежит умственный образ или представление об объекте или явлении. Формируется к старшему дошкольному возрасту). Подобное развитие мышления а также памяти дошкольника позволяет перейти к новым типам деятельности – игровой, изобразительной, конструктивной. У него, по замечанию Д. Б. Эльконина, «проявляется возможность идти от замысла к его воплощению, от мысли к ситуации, а не от ситуации к мысли».

С развитием процессов мышления неразрывно связано развитие речи. В дошкольном возрасте речь начинает выполнять функцию планирования и регулирования деятельности ребенка, все больше обогащается словарный запас и грамматический строй речи. Ребенок способен не только прокомментировать конкретное событие и выразить сиюминутное желание, но и задуматься, порассуждать о природе, других людях, о самом себе и своем месте в мире. Таким образом, с развитием памяти, мышления, речи неразрывно связано появление мировоззрения и самосознания ребенка-дошкольника.



Это далеко не полный список тех изменений и новообразований, которые происходят в дошкольном возрасте. В становлении личности ребенка очень важна роль взрослых которые окружают его (мамой, папой, бабушкой и другими). Научно доказано, что ребенок лишенный тесного общения со взрослым испытывает значительные затруднения в социальном развитии.

Например, такое случается когда взрослый ограничивается только формальным уходом за детьми, материальными благами, но исключают эмоциональное общение с ребенком.

В нормальной обыденной жизни ребенок окружен вниманием и заботой взрослых, и, казалось бы, не должно быть поводов для беспокойства. Однако и среди детей, воспитывающихся в семьях, наблюдается высокий процент психических нарушений, в т. Ч. Неврозов, появление которых обусловлено не наследственными, а социальными факторами, т. е. причины нарушений лежат в сфере человеческих взаимоотношений.

В психологической литературе выделены и достаточно глубоко проанализированы факторы, оказывающие влияние на психологическое здоровье ребенка. Большинство из этих факторов носят социально-психологический, социально-культурный и социально-экономический характер.



Социально-культурный характер факторов, оказывающих неблагоприятное влияние на психологическое здоровье, обусловлен чрезмерной загруженностью родителей, их невротизация, появление множества личностных проблем и внутрисемейных конфликтов. Подобная дисгармония родителей негативно отражается как на развитии ребенка так и на его психике.

На эмоциональную атмосферу в семье и на психологическое состояние ее членов влияют также социально-экономические факторы, среди которых А. И. Захаров выделяет такие, как неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу и помещение ребенка в ясли.

К социально-психическим факторам, влияющим на психологическое здоровье детей, относятся, прежде всего, нарушение в сфере детско-родительских отношений.

Большинство психологов считает, что психологическое здоровье или нездоровье ребенка неразрывно связаны с типом семейного воспитания, и зависит от характера взаимоотношений родителей и детей.



## Выделяют 4 типа семейного воспитания:

### «Типы семейного воспитания»

- авторитетный (принимающий, демократический);
- авторитарный (отвергающий ребенка, деспотичный, враждебный);
- либеральный (бесконтрольный, попустительский);
- индифферентный (властный, бессердечный, иногда наблюдается полное безразличие к ребенку).

#### **Авторитетный стиль**

Отношения теплые. Открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения; допускают изменения своих требований в разумных пределах. Ребенок и взрослый имеют общие интересы, цели, но и свои личные потребности; они равны, уважают друг друга.

#### **Авторитарный стиль**

Отношения холодные. Отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены. Закрыты для постоянного общения с детьми; устанавливают жесткие требования и правила, не допускают их обсуждения; позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми от них. Ребенок «внутри», родитель подавляет ребенка, контролирует всю его жизнь.

#### **Либеральный стиль**

Взрослый Слабо или совсем не регламентируют поведение ребенка; безусловная родительская любовь. Отношения теплые. Открыты для общения с детьми, однако детям предоставлен избыток свободы при незначительном руководстве родителей; родители не устанавливают каких-либо ограничений; дети буквально садятся на шею родителям.



## **Индифферентный стиль**

Не устанавливают для детей никаких ограничений; безразличны к собственным детям.

Закрываются для общения; из-за обремененности собственными проблемами не остается сил на воспитание детей; родители проявляют безразличие к жизни ребенка. Их миры существуют параллельно и не пересекаются, у каждого своя личная жизнь, свои проблемы и неудачи.

Таким образом, психологическое здоровье ребенка зависит полностью от взрослых. Вы вправе выбрать правильный тип семейного воспитания, научитесь понимать своего ребенка и сопереживать ему. Старайтесь меньше критиковать его, а больше хвалить. Не высмеивайте неудачи и проступки вашего малыша, а помогите ему их как можно меньше совершать. Доверяйте своим детям и во всех поддерживайте, будьте честны и снисходительны.

При соблюдении этих правил психологическое здоровье ребенка будет в полном порядке!

# Любите своих детей и берегите их здоровье

