



# Психологическое здоровье современных подростков: проблемы и перспективы.



# Психологическое

**здоровье** – это состояние

равновесия различных

психических свойств и

процессов, умение ими

владеть, адекватно

использовать и развивать,

это позволяет человеку

гармонично функционировать

в социуме.



# Подростковый возраст.....

Частично разрушается личностная целостность

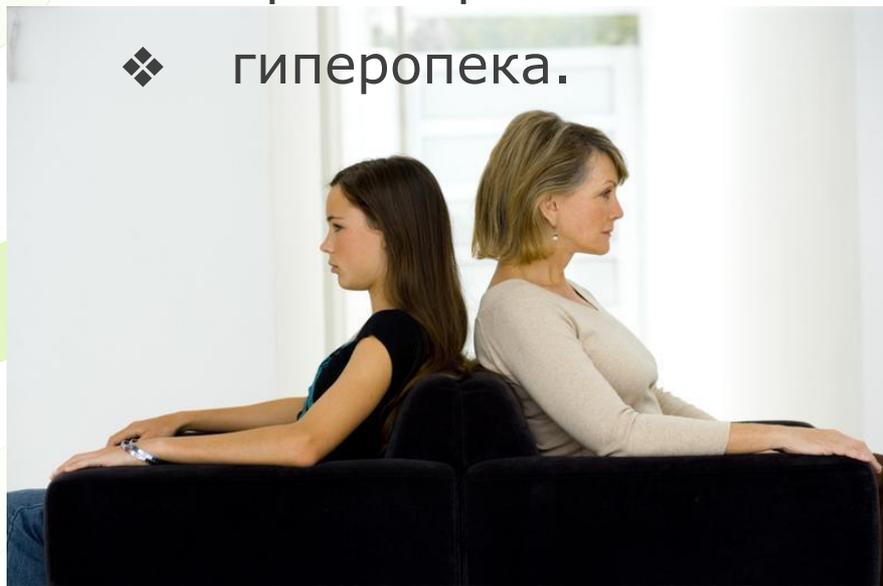
- ❖ Снижение самооценки
- ❖ Нарушение телесного самовосприятия
- ❖ Повышение тревожности



# Причины психологического риска эмоционального здоровья

## Группа семейных факторов:

- ❖ факторы эмоционально негативного поведения родителей по отношению к ребёнку (эмоциональная холодность, враждебность, недостаток внимания);
- ❖ противоречивый стиль воспитания;
- ❖ гиперопека.



# Причины психологического риска эмоционального здоровья

**Факторы, связанные со школьной средой и общением со сверстниками:**

- ❖ непрофессиональное поведение педагога (бестактность, неуважение к личности учащегося, грубость, агрессия);
- ❖ неудачи в межперсональных отношениях (непринятие со стороны сверстников по различным причинам: наличие внешнего недостатка или дефекта, несоответствие статуса и материального положения и т.д.).



# Причины психологического риска эмоционального здоровья

## Жизненные события как фактор психологического риска

- ❖ смерть родителей и близких,
- ❖ проблемы с собственным здоровьем,
- ❖ разводы родителей и их повторная женитьба.



# Причины психологического риска эмоционального здоровья

**Психологические риски, связанные с личностными характеристиками подростка**

- ❖ проявление акцентуаций характера,
- ❖ тип темперамента.



**Какая профилактика по снижению  
психологических рисков  
эмоционального здоровья  
современного подростка должна**



- ❖ необходимо уделять внимание ребёнку, проявлять положительные эмоции и ласку;
- ❖ уметь скрывать собственные отрицательные эмоции (гнев, враждебность) по отношению к ребёнку;
- ❖ создать семейный совет, на котором мнение подростка, рассматривается, как мнение личности, взвешиваются и объясняются все «за» и «против»;



- ❖ необходимо давать логическое объяснение запретам;
- ❖ научить ребёнка позитивному самовосприятию, помочь вспомнить его личные сильные стороны и качества;
- ❖ необходимо проникнуться всей драматичностью подросткового кризиса ребёнка.

*Спасибо за внимание!*

