

Семинар для педагогов по теме:

**«Психологическое
здоровье
школьников»**

**шк.психолог Левченко Н.И.
МОУ СОШ № 1
2009- 2010 уч.г.**

Психологическое здоровье

– состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических проявлений.

Это состояние обеспечивает регуляцию (адекватную окружающим условиям) поведения и деятельности человека.

Критерии психологического здоровья:

- Наличие душевных сил, необходимых для нормальной жизнедеятельности;
- Способность человека контролировать своё поведение;
- Способность ставить цель;
- Способность планировать и организовывать свою деятельность;
- Наличие гармоничных отношений с окружающими;
- Наличие высокой степени саморегуляции;

Что является для Вас самым главным, ценным в жизни?

1 место

Семья -56%

Здоровье- 25%

Верность своим

принципам- 13%

Любовь, дружба-6%

2 место

чистая совесть-25%

верность своим

принципам-20%

семья- 19%

здоровье- 12%

любовь, дружба-12%

работа-6%

учёба-6%

3 место

здоровье-30%

учёба-30%

чистая совесть-20%

верность своим

принципам-20%

Удовлетворены ли Вы своим местом жительства?

80% - да

20% - нет

Удовлетворены ли Вы своим положением в семье?

75% - да

25% - нет

Удовлетворены ли вы своим состоянием здоровья?

80% - да

20% - нет

***Удовлетворены ли Вы своим
положением в учебной
группе?***

80% - да

20% - нет

***Удовлетворены ли Вы
своим положением в
компании сверстников?***

87% - да

13% - нет

13%

| | никогда | редко | часто | ПОСТОЯННО |
|--------------------------|---------|-------|-------|-----------|
| весёлое бодрое | | 13% | 74% | 13% |
| ровное спокойное | | 30% | 45% | 25% |
| Грустное | 6% | 75% | 13% | 6% |
| Раздражитель- ность | 6% | 51% | 30% | 13% |
| Тревога, беспокойство | 20% | 60% | 20% | |
| Чувство скуки | 25% | 45% | 30% | |
| Внутреннее напряжение | 30% | 64% | 6% | |
| Злость, гнев | 20% | 66% | 13% | |
| вспыльчивость | 25% | 30% | 32% | 13% |

Что Вы обычно делаете, если у Вас плохое настроение?

Пытаюсь заняться делом – 6%

Стремлюсь поговорить об этом с друзьями – 20%

Иду в компанию или приглашаю друзей – 40%

Слушаю музыку, иду в кино – 68%

пью спиртные напитки – 6%

Разговариваю по телефону – 13%

Другое – 30% (ем сладкое, сплю, занимаюсь спортом, общаюсь с любимым человеком)

Социальная адаптированность:

выс. ст. – 33% ср. ст. – 53% низк. ст. – 14%

Автономность:

выс. ст. –73% ср. ст. –27% низк. ст. –0%

Социальная активность:

выс. ст. –60% ср. ст. –40% низк. ст. –0%

Нравственность:

выс. ст. –33% ср. ст. –46% низк. ст. –21%

Уровень тревожности

Реактивная тревожность:

Низкая – 75%

Умеренная – 25%

Высокая – 0%

Личностная тревожность:

Низкая – 13%

Умеренная- 61%

Высокая – 26%

Что может дать ребёнку семья?

Что влияет на психическое состояние ребёнка?

Ребёнку необходима безоговорочная любовь.

Как выразить свою любовь к ребёнку?

Способы выражения любви к ребёнку:

- Контакт глаз**
- Физический контакт**
- Пристальное внимание**
- Дисциплина**