

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Мишутка»**

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



Презентацию подготовила:
педагог-психолог
Монгуш С.К

г. Ак-Довурак, 2022г.

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.



Составляющие здоровья человека

- *Физическое здоровье* предполагает анатомическую целостность и функциональную полноценность всех органов и систем.
- *Психическое здоровье* характеризуется психологическим и социальным благополучием, при котором человек реализует свои возможности, эффективно противостоит жизненным трудностям и стрессу, осуществляет продуктивную осознанную деятельность и вносит свой вклад в развитие социума.
- *Психологическое здоровье* человека неразрывно связано с его внутренним соответствием морали общества, в котором он существует. Любое расхождение приводит к психологическому дискомфорту и при определённых обстоятельствах способно перейти в область психиатрических заболеваний в той или иной форме.



Критерии психологического здоровья

- состояние душевного комфорта ребенка, его психическое развитие;
- приемлемое социальное поведение;
- умение понимать не только окружающих, но и себя;
- реализация потенциала в различных видах деятельности;
- умение выбирать и быть ответственным за свой выбор.



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.



Стиль воспитания и психологическое здоровье ребенка

- *Демократичный стиль* характеризуется высоким уровнем восприятия ребенка, хорошо развитым вербальным общением с детьми, верой в самостоятельность ребенка в сочетании с готовностью помочь ему в случае необходимости. В результате такого воспитания дети отличаются умением общаться со сверстниками, активностью, агрессивностью, стремлением контролировать других детей (причем сами не поддаются контролю), хорошим физическим развитием.
- При *контролирующем стиле* воспитания родители берут на себя функцию контроля за поведением детей: ограничивают их деятельность, но поясняют суть запретов. В этом случае детям бывают присущи такие черты, как послушаемость, нерешительность, неагрессивность.
- При *смешанном стиле* воспитания дети чаще всего характеризуются как послушные, эмоционально чувствительные, неагрессивные, нелюбопытные, с бедной фантазией.



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 подросток 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.

Действия педагога, обеспечивающие психологическое здоровье детей

- обеспечение эмоционального благополучия:
 - общение с каждым ребенком;
 - уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям;
- поддержку индивидуальности и инициативы:
 - создание условий для свободного выбора детьми деятельности;
 - для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей;
 - поддержку детской инициативы в разных видах деятельности (игровой, исследовательской, проектной, познавательной и т.д.);
- установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
 - создание условий для позитивных, доброжелательных отношений между детьми, в том числе принадлежащими к разным национальным культурам и социальным слоям, а также имеющими различные возможности здоровья;
 - развитие коммуникативных способностей детей;
 - умения детей работать в группе сверстников;
- построение вариативного развивающего образования, в совместной деятельности со взрослым (далее - зона ближайшего развития каждого ребенка);
- взаимодействие с родителями по вопросам образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьей на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи.



*«Дети святы и чисты,
нельзя делать их игрушкой своего настроения»*

А.П. Чехов