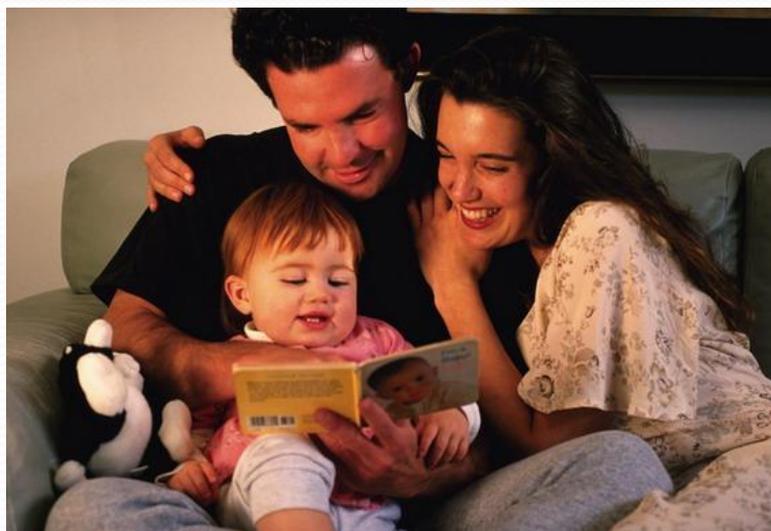


# «Роль семьи в сохранении психологического здоровья детей»



# Для психологического комфорта малыша важны:

- **Эмоциональное самочувствие** – ощущение и переживание эмоционального комфорта или дискомфорта, связанного с различными значимыми аспектами его жизни
- **Эмоциональное благополучие** – показатель оптимального общего развития ребенка и его психического здоровья

# Эмоциональное благополучие

## складывается:

- Из адекватного проявления ребенком эмоций (удовольствия, неудовольствия)
- Переживания внутреннего спокойствия (отсутствие внешней угрозы)
- Успеха или неудачи в достижении целей
- Комфорта при взаимодействии с окружающими людьми результатов деятельности ребенка

## Рассказы о своих детях

Продолжите фразу: «Мой сын (дочь) лучший (ая), потому что .....»



*Эмоциональная сфера очень важна для развития дошкольников.*

*Ребенок 3-7 лет осваивает социальные формы выражения эмоций; у него формируется чувство долга по отношению к взрослым и сверстникам; получают дальнейшее развитие эстетические, интеллектуальные и моральные чувства; благодаря речевому развитию эмоции становятся осознанными, управляемыми.*

*Эмоции – это показатель общего состояния ребенка, его психического и физического самочувствия.*

# Факторы, оказывающие влияние на психическое здоровье ребенка

1. *Факторы социально-культурного характера:*
  - ускорение темпа жизни
  - дефицит времени родителей
  - недостаток условий для снятия напряжения и расслабления
    - загруженность родителей и невротизация взрослых
    - неумение решать внутриличностные конфликты и отсутствие возможности оказать психотерапевтическую помощь
2. *Социально-экономические факторы:*
  - неудовлетворительные жилищно-бытовые условия
  - ранний выход матери на работу
3. *Социально-психологические факторы:*
  - дисгармония в семейных отношениях
  - дисгармония в семейном воспитании
    - нарушение в сфере детско-родительских отношений

# Признаки стрессового состояния ребенка

Как может проявляться стрессовое состояние ребенка?



- Трудности с засыпанием, беспокойный сон
- Частая усталость
- Учатившаяся беспричинная обидчивость, слезливость или, наоборот, проявление агрессии (жалобы, обзывания)
- Учатившиеся случаи невнимательности, рассеянности
- Беспокойство, непоседливость
- Частое проявление упрямства, капризов
- Навязчивые привычки – сосание пальца, грызение ногтей, накручивание волос на палец
- Стойкое нарушение аппетита или, наоборот, переедание
- Стремление к уединению
- Невротические проявления – моргание глазами, подергивание плеч, дрожание рук
- Дневное или ночное недержание мочи

## Родительские установки

Родительские установки - совокупность родительского эмоционального отношения к ребенку, восприятие ребенка родителем и способов поведения с ним.

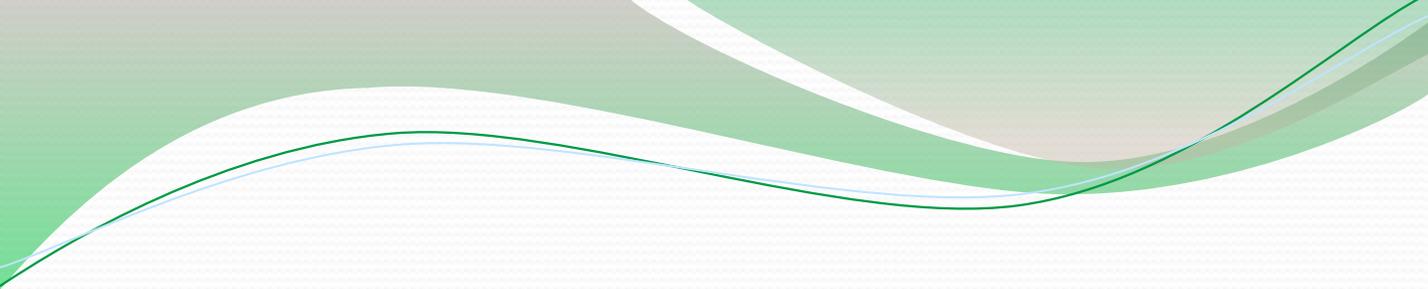
Рассмотрим следующие ситуации:

- 1) Очень часто в поликлинике можно слышать раздраженные высказывания родителей в адрес своего расшалившегося малыша: «Хватит капризничать, а то оставлю тебя здесь».
- 2) «Часто встречается ситуация, когда ребенок отказывается убирать свои игрушки. Что порой говорят родители в этом случае?»

## Упражнение «Родительские установки»

Перед вами таблица-бланк с негативными установками, которые иногда даются ребенку. Предположите, какие последствия могут повлечь подобного рода установки? Попробуйте изменить негативную установку на позитивную.

| Негативные установки  | Последствия | Позитивные установки |
|---|-------------|----------------------|
| Горе ты мое!  |             |                      |
| Нытик, плакса!  |             |                      |
| Ты копия своего папочки!  |             |                      |
| Неумейка! Откуда у тебя только руки растут!                     |             |                      |
| Ты обидел маму! Ты плохой, вот уйду от тебя к другому мальчику. |             |                      |
| Займись чем-нибудь, отстань.                                    |             |                      |



Одно из основных условий полноценного развития ребенка – психологическая защищенность, то есть осознание того, что его любят в любых жизненных ситуациях.

Слушать и чувствовать ребенка непросто для взрослого. Именно в диалоге рождается доверие и взаимопонимание, умение видеть чувства свои и окружающих.

А это важнейшая задача воспитания ребенка дошкольного возраста и одна из целей подготовки его к обучению в школе.