

# «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.

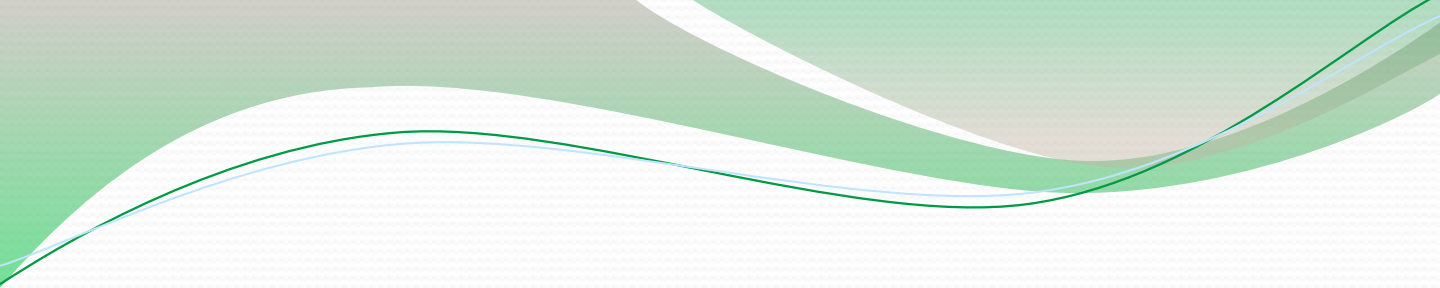
Рассмотрим следующие ситуации:

- 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.