

# **Семья – главный источник и потенциал здоровья ребенка**

**Советы психолога в помощь  
воспитателю**

Педагог-психолог ДО «Березки»  
ГБОУ «Школа №827»  
Русакова Мария Сергеевна  
Первая квалификационная категория

- Семья – первичный институт социализации ребенка, позволяющий ему получить базовые представления о себе и мире, в том числе и о здоровье



- Открытость новому опыту, внушаемость и стремление к подражанию, позволяют ребенку легко усваивать правильные представления о здоровье

- Но хватит ли для этого ресурсов семьи?
  - материальных?
  - эмоциональных?
  
- Главное в вопросах здоровья:
  - не давить на ребенка, использовать игровой момент,
  - обращаться к собственному примеру,
  - быть систематичным и доброжелательным

# Может ли семья перестать быть источником здоровья ребенка?

- Семья оказывает на здоровье ребенка как положительное, так и отрицательное влияние
- Долг дошкольного учреждения – помочь семье не совершать ошибок, исправить их
- Самыми важными в этом являются проблемы психосоматических расстройств и семейного сценария



# Психосоматические расстройства

- Психосоматические расстройства маскируются под настоящие болезни, но возникают от подавления негативных эмоций (мышечные спазмы, аллергия, температура и т. д.)
- Источник – стресс, особенно частый и непредсказуемый (ссоры в семье, бытовые проблемы и т.д.)
- Распознать психосоматический компонент и установить его причину – непросто даже взрослому
- Приступы могут повторяться

# Психосоматическая болезнь

## Как инструмент?

- Приступ приурочен к определенному событию
- Провоцирует яркие эмоции у родителя
- Маркер: часто встречается демонстративность в поведении ребенка и/или родителя
- Уменьшение частоты возникновения возможно и желательно

## Как отреагирование?

- Приступ возникает «без причины» (отсроченно)
- Родители озадачены, обескуражены
- Маркер: отсутствие у ребенка эмоциональных реакций на прошедший стресс
- Одна форма расстройства переходит в другую

# Методы коррекции

- Определение и отделение психосоматического компонента болезни, коррекция лечения физиологического расстройства
- Снижение психоэмоциональных нагрузок (ритм жизни, режим, свежий воздух)
- Обсуждение (умеренное) имеющихся проблем и выражение ребенком своих эмоций
- Уменьшение важности проблемы, задание положительной перспективы ее разрешения

# Семейный сценарий

- Семейный сценарий – план жизни ребенка, в котором его неосознанно убеждают родители
- Родитель будет уверен в верности выбранного сценария, даже несмотря на нереалистичность и вредоносность этой идеи для ребенка
- Причина – в том, что родитель считает, что это нормально
- В сценарии могут скрываться:
  - пренебрежение к здоровью или чрезмерный интерес к нему,
  - вредные привычки,
  - «зеленый свет» деструктивному поведению

# Беседа с родителем

(бабушка, дедушка) – (мама, папа) –  
(ребенок)

## Родитель сожалеет о своем детстве

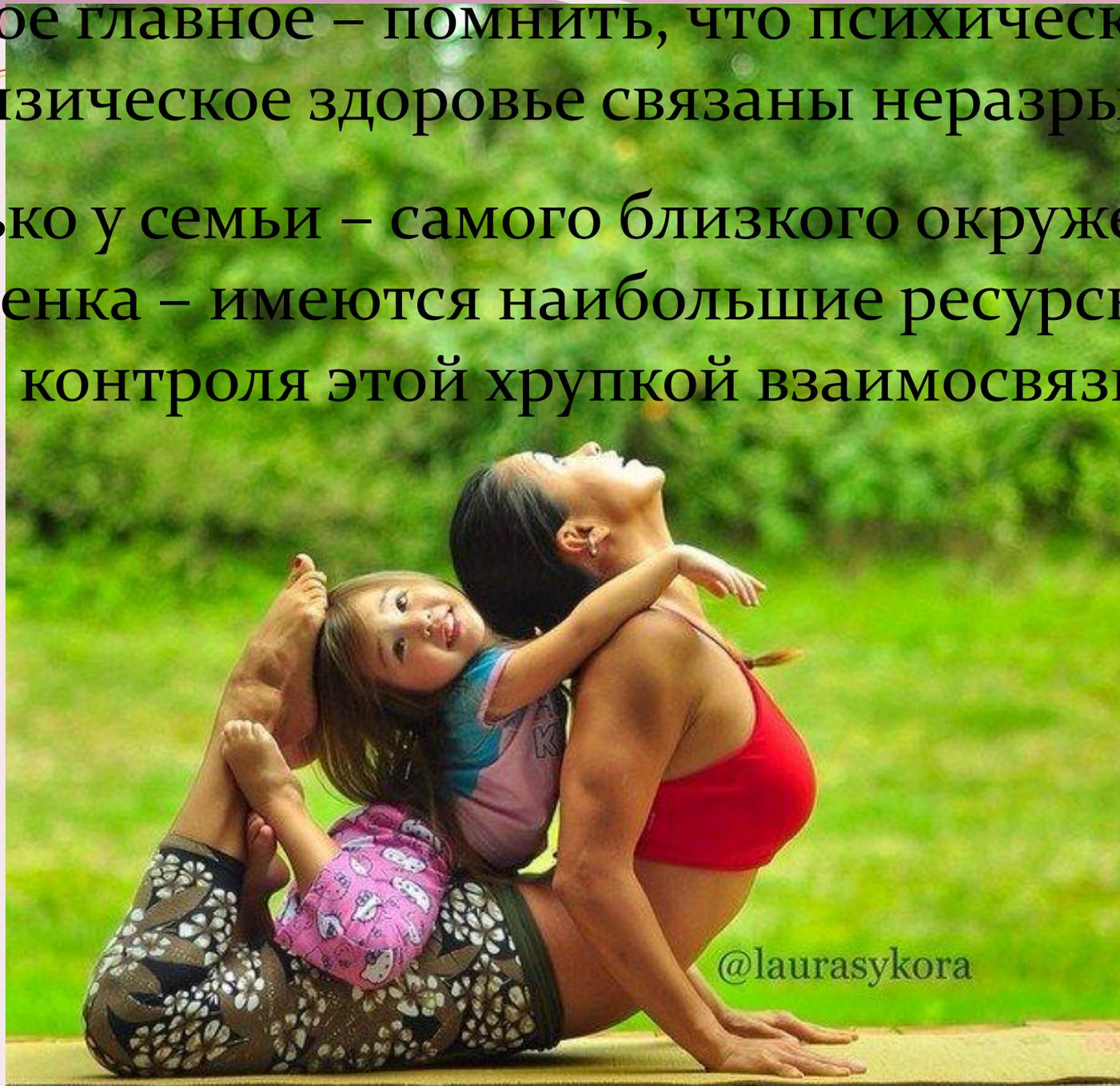
- Мотив альтруизма:  
убедить родителя, что он может дать своему ребенку больше и избавить его от своих проблем со здоровьем и душевным благополучием

## Родитель гордится своим детством

- Убедить родителя, что ребенок – другой, отличается от него и нуждается в ином пути развития. В прежних условиях он будет страдать

Самое главное – помнить, что психическое и физическое здоровье связаны неразрывно

Только у семьи – самого близкого окружения ребенка – имеются наибольшие ресурсы для контроля этой хрупкой взаимосвязи



Здоровья вам!

