

# «Психологическое здоровье и эмоциональный комфорт дошкольника»

(педагогические технологии работы с детьми)



В теме **«Психологическое здоровье и эмоциональный комфорт дошкольника»** рассматриваются психологические проблемы детей дошкольного возраста, причины их возникновения, а также пути их предупреждения и даже коррекции для воспитателей и родителей воспитанников детского сада.

- ✓ Просмотр и изучение материалов презентации позволит воспитателям лучше разбираться в особенностях поведения детей, выявлять основные признаки поведения ребенка, видеть основную трудность в воспитании, ставить задачу (подзадачи) по устранению причин возникновения нарушенной модели поведения ребенка.
- ✓ Установить взаимодействие «воспитатель - родитель» для решения общей задачи: по корректировке поведения ребенка. Выработать единые ресурсы воздействия в формировании ребенком позитивного отношения к себе и к окружающему миру.

# 1. Социально неуверенные дети



- **Особенности проявлений:** *некоммуникабельность, застенчивость.* Тихие, забитые, отстранённые от внешнего мира.
- **Основные признаки:**
  - речь очень тихая, невнятная, с длинными паузами, с повтором одного слова или наоборот: громкая, быстрая, сбивчивая;
  - рассказывает очень мало или молчит;
  - не может назвать себя по имени;
  - трудно расстается с родителями;
  - играет в одиночестве;
  - малоподвижен, старается быть незаметным;
  - часто плаксив, апатичен;
  - пониженная моторная активность;
  - часто отводит глаза, смущенная улыбка;
  - проявляет беспомощность в трудных ситуациях;
  - не может адаптироваться в группе детского сада;

## Критерии, используемые для выявления застенчивых детей



- ❖ В поведении отражается **борьба двух противоположных** тенденций приближения-удаления (при встрече с незнакомыми людьми). Ребенок, с одной стороны, хочет подойти к незнакомому взрослому, начинает движение к нему, но по мере приближения останавливается, возвращается назад или обходит нового человека стороной (*Такое поведение называют **амбивалентным***).
- ❖ **Избирательность в контактах** с людьми: предпочтение общения с близкими и хорошо знакомыми и отказ или затруднения в общении с посторонними людьми. (При встрече и в ходе общения с посторонними ребенок испытывает **эмоциональный дискомфорт**, который проявляется в робости, неуверенности, напряжении, выражении амбивалентных эмоций).
- ❖ **Страх любых публичных выступлений**, даже если это всего-навсего необходимость отвечать на вопросы знакомого педагога на занятиях.
- ❖ **Смушение** вызывает у застенчивых дошкольников в проявлении себя **в игре**. Играя ведущую (главную) роль - замирают на месте, едва шевелят губами, смущенно-виновато смотрят. Проявляя желания, чувства, ведут себя сдержанно, **испытывают напряжение и скованность**.

У застенчивых детей наблюдается обостренное восприятие и ожидание оценки.

Удача вдохновляет и успокаивает, но малейшее замечание тормозит деятельность и вызывает новый всплеск робости и смущения.



*Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми, связаны со сферой его собственного отношения к себе и восприятия отношения других.*

С одной стороны, ребенок имеет **высокую общую самооценку**, считает себя самым лучшим, а с другой- **сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых**. Поэтому в общении с ними застенчивость проявляется ярче всего.

Отношение к себе у застенчивых детей характеризуется высокой степенью фиксированности на своей личности.

**В ситуациях, когда ребенок перестает ждать оценки окружающих, застенчивый ребенок становится таким же открытым и общительным, как его незастенчивые ровесники.**

**Основная трудность:** Отсутствие позитивного отношения к себе и к окружающему миру.

**Вывод:** Социальная неуверенность детей создает барьеры для вхождения дошкольников в мир межличностных отношений со сверстниками.

**Задача педагога:** Формировать у детей уверенность в себе и своих силах, развивать позитивное отношение к себе и к окружающему миру.

**Подзадача:**

1. Приобретение ребенком собственных побед и неудач;
2. Формирование чувства собственной значимости;
3. Формирование уверенности в способности к какому – либо виду деятельности;
4. Присутствие убеждённости, что другие люди или детское сообщество его принимает.





## 2. Обидчивые дети



□ Особенности проявлений: *острое переживание ущемленного Я*. Непризнанность, незамеченность.

□ Основные признаки:

- демонстрация своей обиженности, с одной стороны. С другой - отказ от общения с обидчиком;
- молчание и уход в сторону;
- отказ от общения, как способ вызывания чувства вины и раскаяния у того, кто обидел;
- адекватный и неадекватный повод для проявления обиды;
- неадекватность источника обиды, как закономерная и неизбежная реакция и обидчивость (как устойчивая и деструктивная черта личности);
- сильные отрицательные эмоции: подавленность, беспомощность;
- восприятие успехов других детей, как собственное унижение и игнорирование себя;
- яркая установка на оценочное отношение к себе;



- постоянное ожидание положительной оценки. Непрерывное подтверждение собственной ценности, значимости, любви;
- имеет опосредованное отношение с кем дружит, например: «Дружит со мной, не делится со мной, не играет со мной» и пр. (Когда у необидчивых детей преобладают описательные характеристики, например: «У моей подруги Насти длинные волосы, она добрая и хитрая, она часто обманывает воспитательницу»);
- ориентированы на положительное отношение к себе со стороны всех окружающих и требование от них постоянной демонстрации уважения, одобрения и признания;
- высокая оценочность высказываний, констатация оценки происходящего: «Вы плохие дети, я и сама с вами играть не буду».
- в конфликтной ситуации, а порой её инициируя, обидчивые дети не пытаются разрешить её, застревают в ней, погружаются в оценивание её участников. Осуждение других и оправдание себя, является важным, приносящим особое удовлетворение.
- напряженно-болезненное отношение ребенка к себе и оценке себя, фиксируется на себе.
- постоянно смотрит на себя глазами других и оценивает себя этими глазами, находясь как бы в системе зеркал. Эти «зеркала» позволяют видеть только самого себя, закрывая окружающий мир и других людей.





**Основная трудность:** напряженно-болезненное отношение ребенка к себе и оценке себя. Видит то, чего на самом деле нет. Непрерывное подтверждение собственной ценности, значимости, любви.

- **Вывод:** конфликтная форма межличностных отношений, препятствующая нормальному развитию личности.

**Задача педагога:** Не позволять повышенную частоту проявлений обиды, что формирует в ребенке характер постоянно обиженного .

Формировать у детей позитивное восприятие мира. Не позволять давать оценочных суждений.

**Подзадача:**

1. Не позволять обиженному приписывать другим детям неуважительное отношение к себе. (Внушение и переключение негативных эмоций на позитивное восприятие);
2. Не позволять часто обижаться: обида может быть адекватной;
3. Не позволять испытывать сильные отрицательные эмоции к обидчику.

### 3. Трудные дети: причины стойкого непослушания



- **Трудные дети подразделяются на следующие категории:**
  - **дети с проблемами в общении;**
  - **дети с заторможенными или яркими эмоциональными реакциями (легковозбудимые, агрессивные или, напротив, пассивные и апатичные);**
  - **дети с неправильно сформированными волевыми качествами (слабохарактерные, безвольные, недисциплинированные, упрямые или своевольные);**
  - **дети с задержками умственного развития.**
  
- **Как правило, ребенок не появляется на свет «трудным», он становится таковым в процессе воздействия на него различных аспектов. Если малыш родился здоровым и в физическом, и в умственном плане, многое зависит от его родителей и педагогов – только они могут не допустить формирования «трудных» черт у ребенка.**

- **Особенности проявлений:** особенно чувствительные и ранимые.
- **Основные признаки:** Борьба за внимание; Борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской власти и опеки; Желание отомстить; Потеря веры в собственный успех.
- причина эмоциональная, а не рациональная;
- ребенок не получает нужного количества внимания: непослушание (сыплются замечания, неприятно, но внимание всё-таки получено: лучше такое, чем никакого);
- Если замечания и советы слишком часты, приказы и критика слишком резки, а опасения слишком преувеличены, то ребенок начинает восставать. А это: упрямство, своеволие, действия наперекор.. Смысл такого поведения для ребенка - право самому решать свои дела, и вообще показать, что он личность.



- **Частые обиды детей на родителей: развод родителей, внимание к младшему, появление отчима в семье, послали к бабушке, положили в больницу, частые ссоры родителей, невыполненное обещание родителя, несправедливое наказание, резкое замечание.**



*(В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности - все те же протесты, непослушание. Смысл «плохого» поведения в этом случае можно выразить так: «Вы сделали мне плохо- пусть и вам будет тоже плохо!»)*

- **Накопление горького опыта неудач и критики в свой адрес. Потеря ребенком уверенности в себе.**



*(Смысл: «Нечего стараться, все равно ничего не получится (это в душе), а внешнее поведение: «Мне все равно», или «Пусть плохой!»)*



**Основная трудность: упрямство, своеволие, действия наперекор**

**Вывод: не допустить, чтобы ребенок стал трудным**

**Задача педагога: Гармония в воспитании**

**Подзадачи:**

- 1. Ребенок должен расти в атмосфере любви и взаимопонимания. Трудные дети с легкостью перенимают отрицательную модель поведения своих родителей, поэтому взрослым следует избегать неуважения и грубости в отношениях между собой.**
- 2. Отвлекать ребенка от ненужных занятий, дети всегда должны быть заняты чем-то полезным. Вовлекать ребенка в интересные игры, спорт и пр. Родители, несмотря на хлопоты и постоянную занятость на работе, должны выделять время на общение с детьми – никакие материальные блага не способны заменить это. Именно поэтому в благополучных и обеспеченных семьях нередко встречаются «трудные» дети.**





**3. Избегать чрезмерного баловства. Слепая любовь нередко превращает детей в избалованных и капризных. Ребенок должен знать цену своим поступкам, а преподносимые родителями подарки и поощрения не должны становиться реакцией на его требования и капризы.**

**4. Наказания должны нести заслуженный и справедливый характер. Избегать применения физической силы, на трудных детей лучше воздействовать психологически, собственным поведением демонстрируя ему, как вести себя в тех или иных обстоятельствах. Необходимо, чтобы родители придерживались единой тактики воспитания, например, если ребенок наказан матерью, отцу не нужно подвергать сомнению справедливость этого наказания, в особенности при ребенке.**





## 4. Страхи детей \*

□ **Особенности проявлений:** *боязнь и тревожность, ужас, испуг, опасения, беспокойство и волнение. Отказываются одни смотреть детскую передачу и т.д., когда стемнеет не идут на улицу, боятся спать одни в комнате. Боятся врачей, парикмахеров, боли, высоты, гигантских животных, чудовищ, злых сказочных персонажей, огня и пожара, смерти родителей, своей смерти, бандитов. Боятся остаться одни дома.*

□ **Основные признаки:**

Эмоционально чувствительны и впечатлительны. Совершение большого количества лишних движений (суетливость), замолкание, замирание. Выраженное чувство волнения, беспокойства. Незрелость групповых или социальных отношений.



\*Устранение отрицательных эмоциональных следов страха выполняются специалистами (психологами) по специальной программе.

## Критерии выявления детей: (Угрожающие стимулы, появление опасности)



- дети со страхами имеют тревожных родителей, индуцирующие, внушающие страх;
- дети, которые растут в атмосфере семейного психологического неблагополучия (конфликты, разводы);
- недополучение от родителей уверенности в своих силах;
- гиперсоциальная направленность личности одного из родителей (чаще матери): гипертрафированное чувство долга, обязанности, повышенной принципиальности, трудности компромиссов, поступающие излишне правильно, пунктуально выдерживающие режим дня, без конца читающие мораль, считающие детскую возню, смех и веселье пустым времяпрепровождением;

- незрелость чувства материнства (нежеланность ребенка, несвоевременность появления ребенка, несоответствие пола ожидаемому родителями);
- занятость отца, недостаточная включенность в воспитание ребенка.
- строгость, недоверчивость, раздражительность родителей;
- отсутствие чувства общности, единства с матерью (чувства «мы»);
- наличие в семье более благополучного ребенка (оправдывающий повышенные требования родителей).

### Последствия ситуации:

Вместо непосредственности и открытости развиваются настороженность, замкнутость (отгороженность), уход в себя и свои проблемы, исключаются положительные эмоции, оптимизм и жизнеутверждающая активность.

Отсутствие отца в семье нарушает формирование поведения, соответствующего полу (прежде всего у мальчиков). Отчасти это отражается и на девочках, поскольку им также требуется навык защиты себя от опасностей, что наиболее развито у представителей мужского пола.



# Семья

**Каждый человек стремится к одобрению со стороны других людей. В раннем возрасте – это семья.**



- Очень важно, чтобы родители старались помочь своему ребёнку приобрести собственный опыт побед и неудач. Такой опыт формирует у ребёнка осознанный, гармоничный выбор способов жизни. Для того чтобы ребёнок нормально развивался, ему необходимо находиться в атмосфере любви и психологического благополучия. Если таких условий нет, то ребёнок испытывает негативное переживание. Ребёнок может его осознавать или не осознавать. Но в любом случае, такие условия будут отражаться на его развитии.

**Ребёнку необходима любовь окружающих его людей.**



**Спасибо за внимание!**



**Презентацию подготовила педагог-психолог  
И.Н. Тягунова  
Структурное подразделение №1 «Школа 2048»  
г. Москва  
2014 г.**

