

Родительское внимание к
психологическому комфорту
ребенка

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
ЗДОРОВЬЕ СЕМЬИ**

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

1. Что такое психическое здоровье?
2. Чем вызвано обращение к этой проблеме?
3. Каковы общие причины нарушения психического здоровья ребенка?
4. Как исключить стрессогенные факторы в практике семейного воспитания?

Здоровье - это состояние, характеризующееся не только отсутствием болезней или физических или психических дефектов, но и полным физическим, духовным и социальным благополучием.

«Что значит
здоровье лично
для меня?»»

здоровье физическое -

это здоровье тела, рост и
развитие органов и систем
организма, физическая
активность, выносливость,
устойчивый иммунитет;

здоровье психическое -

общий душевный комфорт, адекватное
поведение, умение управлять своими
эмоциональными состояниями,
преодолевать стресс, это психическая
активность, потребность в саморазвитии,
в познании себя

здоровье социальное -

социальная активность, благополучные
отношения с окружающими, наличие
дружеских связей, усвоение правил и
ценностей общества, принадлежность к
определенной социальной группе,
достаточно высокий социальный статус,
адекватная самооценка

здоровье нравственное -

этические нормы, правила
поведения, духовность, связанная
с общечеловеческими истинами
добра, любви, милосердия,
красоты.

Здоровье ребенка - это прежде всего оптимальный уровень достигнутого развития - сомато-физического, психического и личностного, его соответствие хронологическому возрасту, так как замедление или ускорение развития требуют повышенного внимания специалиста -

Здоровье ребенка - это его
позитивная психическая и
социальная адаптация,
определенная толерантность к
нагрузкам, сопротивляемость по
отношению к неблагоприятным
воздействиям.

Здоровье ребенка - это его
способность к формированию
оптимальных адаптационных и
компенсаторных реакций в
процессе роста

- гипертония,
- язвенная болезнь 12-перстной
кишки,
- бронхиальная астма,
- сахарный диабет,
- нейродермиты (экзема,
псориаз),
- ревматоидный артрит,
- язвенный колит



«Как сохранить психическое здоровье ребенка»

у
у
понимать переживания и
потребности ребенка;

*стремиться разрешать
возникающие конфликты с
ребенком без угроз и наказаний,
доверять его пониманию и
делиться своими чувствами,
которые возникли из-за конфликта,
объяснять их;

* поддерживать успехи ребенка;

* исключать
непоследовательные
требования и пустые угрозы,
выражение недовольства
ребенком;

*** исключать нереальные
родительские ожидания по
отношению к ребенку.**

Быть не столько
ответственным за
ребенка, сколько быть
ответственным перед
ребенком.

Обращаться с
ребенком не как с
недоразвитым
взрослым, а как с тем,”
кто меньше тебя, но так
же велик как ты”.



ЖЕЛАЕМ
УСПЕХОВ!
ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ!