

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД
№7 «ВАСИЛЕК»
Адрес: 249001, Российская Федерация, Калужская область, Боровский район, г. Балабаново – 1, ул.
Дзержинского, д.94
Тел./факс 8(48438) 6-37-88, email: mdoy7vasilek@mail.ru
официальный сайт в информационно-коммуникативной сети Интернет
<http://mdoy7vasilek.ucoz.ru/>

**Консультация для педагогов на тему:
«Условия сохранения психического
здоровья детей в детском саду и семье».**

Модифицированная:
Старшим воспитателем МДОУ
«Детский сад №7 «Василек»
Перфиловой Т.А.

г. Балабаново – 1.
12.11.2018 г.

В последнее время все чаще и острее ставится проблема несоответствия возможностей человеческой психики темпу жизни, информационным нагрузкам, высокой стрессогенности социальной обстановки. В частности, в нашей стране одним из наиболее стрессогенных можно назвать фактор нестабильности: экономической, политической, ценностной. Если же говорить о детях, то в качестве сильного источника стресса для них можно назвать повсеместное внедрение раннего обучения и школьные перегрузки. Типичным становится ребенок с внешними признаками взрослости (интеллектуализм, рационализм) при внутренней социальной незрелости и инфантилизме. Однако по мере того как ребенок становится старше, число стрессогенных факторов не только не уменьшается, но существенно увеличивается.

Что включает в себя понятие психического здоровья?

Термин «психическое здоровье» был введен в научный лексикон не так давно И. В. Дубровиной.

Психическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Таким образом, с одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей (ребенка или взрослого), а с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Насколько психическое здоровье взаимосвязано с физическим здоровьем? Само использование термина «психическое здоровье» уже подчеркивает неразделимость телесного и психического в человеке. Поэтому именно психическое здоровье является предпосылкой здоровья физического. В результате исследования Джюэтта, изучавшего психические характеристики людей, благополучно доживших до 80-90 лет, оказалось, что все они обладали оптимизмом, эмоциональным спокойствием, способностью радоваться, самодостаточностью и умением адаптироваться к сложным жизненным

обстоятельствам, что полностью вписывается в «портрет» психически здорового человека, который приводится многими исследователями.

Психически здоровый человек – это, прежде всего человек спонтанный и творческий, жизнерадостный и веселый, открытый и познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Психически здоровый человек живет в гармонии с собой и окружающими.

Психическое здоровье детей имеет свою специфику.

Для того чтобы ее рассмотреть, можно еще раз обратиться к взглядам И. В. Дубровиной на соотношение психического здоровья и развития личности. И. В. Дубровина утверждает, что основу психического здоровья составляет полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Следовательно, психическое здоровье ребенка и взрослого будет отличаться совокупностью личностных новообразований, которые еще не развились у ребенка, но должны присутствовать у взрослого.

Факторы риска, вызывающие нарушения психического здоровья.

Их можно условно разделить на две группы: объективные, или факторы среды, и субъективные, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.

Влияние факторов среды.

Под ними обычно понимаются семейные неблагоприятные факторы и неблагоприятные факторы, связанные с детскими учреждениями. Факторы среды наиболее значимы для психического здоровья детей.

Достаточно часто, трудности ребенка берут начало еще в младенчестве (от рождения до года). Общеизвестно, что дефицит общения с матерью может привести к нарушениям в развитии ребенка. Дефициту общения противоположна патология переизбытка общения, приводящая к перевозбуждению и сверхстимуляции ребенка.

В раннем возрасте (от 1 года до 3 лет) также сохраняется значимость взаимоотношений с матерью, но важными становятся и взаимоотношения с отцом.

Ранний возраст является особо значимым для формирования «Я» ребенка. К неблагоприятным типам взаимодействия матери с ребенком в этом возрасте можно отнести:

- а) слишком резкое и быстрое отделение, которое может быть следствием выхода матери на работу, помещения ребенка в ясли, рождения второго ребенка и т. п.;
- б) продолжение постоянной опеки над ребенком, которую нередко проявляет слишком тревожная мать.

Определим, теперь, место взаимоотношений с отцом для становления автономности ребенка. Отец в этом возрасте должен быть физически и эмоционально доступен ребенку, поскольку он:

- а) подает ребенку пример отношений с матерью;
- б) выступает прообразом внешнего мира, то есть освобождение от матери становится не уходом в никуда, а уходом к кому-то;
- в) является менее конфликтным объектом, чем мать, и становится источником защиты.

Дошкольный возраст (от 3 до 6-7 лет). Самым существенным фактором риска в семейной системе является взаимодействие по типу «ребенок - кумир семьи», когда удовлетворение потребностей ребенка превалирует над удовлетворением потребностей остальных членов семьи.

Следующий фактор риска - это отсутствие одного из родителей или же конфликтные отношения между ними. Роль конфликтных взаимоотношений часто недооценивается, но они могут привести к нарушениям у ребенка половой идентификации или, более того, обусловить развитие невротических симптомов: энуреза, истерических приступов страха и фобий. У некоторых же детей они могут привести к характерным изменениям в поведении: сильно выраженной общей готовности к реагированию, боязливости и робости, покорности, склонности к депрессивным настроениям, недостаточной способности к аффектам и фантазированию.

Вследствие чрезвычайно выраженной потребности в любви родителей ребенок стремится адаптировать свое поведение так, чтобы соответствовать их

ожиданиям, опираясь на их вербальные и невербальные сигналы. Такой ребенок проживает не свою жизнь, а ту, которую ему «запрограммировали». При внимательном изучении такой ребенок чаще всего демонстрирует повышенную тревожность, неуверенность в себе, а иногда и выраженные страхи.

Вторая группа факторов, как мы уже упоминали, связана с детскими учреждениями.

Следует отметить встречу ребенка в детском саду с первым чужим значимым взрослым - воспитателем, который во многом определит его последующее взаимодействие со значимыми взрослыми. Как показали исследования, воспитатель не замечает обычно около 50 % направленных к ней обращений детей. И это может привести к росту самостоятельности ребенка, снижению его эгоцентризма, а может - к неудовлетворению его потребности в безопасности, развитию тревожности, психосоматизации.

Кроме того, в детском саду у ребенка может появиться серьезный внутренний конфликт, в случае конфликтных отношений со сверстниками. Внутренний конфликт вызывается противоречиями между требованиями других людей и возможностями ребенка, нарушает эмоциональный комфорт, тормозит формирование личности.

Подводя итог объективным факторам риска нарушения психического здоровья ребенка, поступающего в школу, можно сделать вывод, что преобладающими являются те или иные внутрисемейные факторы, однако негативное воздействие может оказать и пребывание ребенка в детском саду.

Довольно интересно проследить влияние индивидуальных свойств темперамента в плане риска нарушения психического здоровья. Стрессоустойчивость детей зависит от типа нервной системы. Данные психологических исследований позволяют сделать вывод, что отдельные свойства темперамента являются если не источниками нарушения психического здоровья, то существенным фактором риска, который невозможно игнорировать.

Следующим важным условием становления психического здоровья детей является наличие у них положительного фона настроения. А положительный фон настроения зависит от настроения значимых взрослых (родителей и педагогов).

Итак, мы рассмотрели факторы риска нарушения психического здоровья. Однако попробуем пофантазировать: а что если ребенок вырастет в абсолютно комфортной среде? Наверное, он, будет абсолютно психически здоровым? Какую личность мы получим в случае полного отсутствия внешних стрессогенных факторов?

Кроме того, если рассматривать становление психического здоровья только с точки зрения факторов риска, остается непонятным, почему не все дети в неблагоприятных условиях «ломаются», а многие, наоборот, добиваются жизненных успехов, и более того, их успехи социально значимы. Также непонятно, почему мы нередко сталкиваемся с детьми, выросшими во внешне комфортной среде, но при этом нуждающимися в той или иной психологической помощи.

Поэтому рассмотрим следующий вопрос: каковы оптимальные условия для становления психического здоровья детей.

Влияние факторов среды:

Семейные неблагоприятные факторы:

1. Неправильный стиль воспитания (пренебрегающий, авторитарный, контролирующий и т.д.);
2. Нарушение правил семейного воспитания (потворствующая гиперпротекция, доминирующая гиперпротекция, эмоциональное отвержение, гипертрофированная моральная ответственность, гиперпротекция или гиперопека и т.д.);
3. Проблемный характер семьи (антипедагогическая, аморальная, асоциальная, кризисная, конфликтная и др.)

Неблагоприятные факторы, связанные с детскими организациями:

1. Не налажена взаимосвязь с педагогами.
2. Конфликтные отношения со сверстниками.

Подводя итог объективным факторам риска нарушения психического здоровья ребенка, поступающего в школу, можно сделать вывод, что преобладающими являются те или иные внутрисемейные факторы, однако негативное воздействие может оказать и пребывание ребенка в детском саду.

Интернет – ресурсы

<https://infourok.ru/usloviya-sohraneniya-psihicheskogo-zdorovya-detey-v-detskom-sadu-i-v-seme-3167433.html>

<https://almanahpedagoga.ru/servisy/publik/publ?id=1943>

<https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2017/01/24/usloviya-sohraneniya-psihicheskogo-zdorovya-detey-v>

http://a2b2.ru/methods/20083_konsultaciya_usloviya_sohraneniya_psicheskogo_zdorovya_detey_v_detskom_sadu_i_seme/