

Консультация для родителей.

«Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста».

Российское общество пребывает в состоянии глубокого социально-экономического, духовно-нравственного кризиса. Современная медицина утверждает, что 30-40% хронических заболеваний имеет психогенную основу. Поэтому с особой остротой встает вопрос о том, что позволяет человеку в современных условиях сохранить здоровье и душевный комфорт.

Психологическое здоровье детей долгое время оставалось вне внимания взрослого. Модель психологически здоровой личности должна включать следующие компоненты:

- Наличие позитивного образа «Я», т.е. абсолютного принятия человека самого себя и других людей;
- Владение рефлексией, как средством познания себя;
- Наличие у человека потребности в саморазвитии, самоизменении, личностном росте.

Основываясь на результатах современных исследований, можно говорить о сильной зависимости между нарушениями психологического здоровья и учебной успешности детей. Нарушением психологического здоровья соответствует выраженное повышение тревожности, которое может привести к существенному снижению вниманию, в особенности произвольного. У детей с защитной агрессивностью внутреннее напряжение может обусловить повышенную двигательную активность, склонность к нарушениям дисциплины. Дети с наличием выраженных страхов будут, как правило, пребывать в состоянии постоянного напряжения, что обусловит повышенную утомляемость и снижение работоспособности. У детей с деструктивной агрессивностью и социальными страхами можно наблюдать трудности при ответах на занятиях. Дети с демонстративной агрессивностью вырабатывают стереотип поведения, направленный на получение негативного внимания.

Каждый родитель и педагог хочет, чтобы ребенок в будущем был счастливым. Именно поэтому делается упор на хорошее здоровье, высокую успеваемость, адекватное поведение.

По результатам публикации и опросов населения, проведенных за десятилетний период, следует, что на протяжении последних лет число неудовлетворенных жизнью устойчиво удерживается 73-75%, в то время как прекрасное настроения отмечают только 3% опрошенных. По мнению исследователей, формирование способности быть счастливым, как черты характера должно начинаться еще в детстве. Для этого родителям необходимо воспитывать у детей, прежде всего, установку для радостного восприятия жизни, учить находить разнообразные источники нахождения положительных эмоции. У

ребенка, выросшего среди счастливых родителей, на 10-20% больше шансов самому стать счастливым.

Таким образом, психологическое здоровье необходимо ребенку и в настоящем и в будущем. Поэтому важно особым способом организовать работу, направленную на профилактику нарушений психологического здоровья детей и коррекцию уже имеющихся.

Мы счастливы, и кажется, что весь мир радуется и смеется вместе с нами. Мы грустим, и все вокруг становится серым и унылым.

Мы учим ребенка ходить, крепко держим его за руку, переводя через дорогу. Показываем, как держать ложку и карандаш, учим читать и писать. Мы предельно внимательны к формированию у ребенка знаний об окружающем мире. Но в мир чувств и эмоций ребенок вступает без провожатого, без поддержки и совета. Поэтому необходимо научить ребенка в приемлемой для него форме, рассказать о своем внутреннем мире, выражать эмоции (мимика, жест, позы, походка, интонация), создать образ эмоций с использованием представления, воображения, ассоциативного мышления ребенка (как выглядит страх, радость и т.п.), ребенок расскажет и ему станет легче. Рисование на заданную тему.

В группе создана среда:

1. «Музей забавной игрушки»;
2. Сосуды с водой (положительные и отрицательные эмоции);
3. Стаканчики для крика;
4. Аквариум (светильник);
5. Музыка для релаксации;
6. Очки, маски театральные;
7. Для родителей оформлена «Информация в сюжетных картинках» (по темам)

Г.Т. Хоментаскас подчеркивает: «Семья - единый организм. Нарушение эмоционального состояния ребенка, его «плохое» поведение, как правило, является симптомом других семейных болезней. Самая хорошая профилактика – оздоровление, улаживание супружеских отношений. Отношения родителей являются важным фактором развития личности ребенка».

Если Вам интересно с детьми, а им – с Вами, если Вы проявляете терпение и любовь к детям, результат обязательно появится.

