

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка – детский сад №28 «Сказка» города Новошахтинска

# *«Психологическое здоровье дошкольников»*



Подготовила: педагог-психолог  
Пономарева Е.В.

*«Дети святы и чисты.  
Нельзя делать их игрушкой  
своего настроения»  
А.П.Чехов*



**Психологическое здоровье -  
это гармония между различными  
аспектами: эмоциональными и  
интеллектуальными, телесными  
и психическими.**

# **Угрозы психологическому здоровью**

- **Нецелесообразное удовлетворение естественных потребностей (в пище, отдыхе), нарушение режима дня**
- **Ограничение самостоятельности**
- **Стремление к раннему обучению не свойственным возрасту видам деятельности: чтению, счету, английскому языку и т.п.**
- **Бедность или, наоборот, избыточность, перенасыщенность предметной среды, в которой растет ребенок**
- **Слабость эмоциональных контактов, невнимание к эмоциональным состояниям ребенка**

# **Угрозы психологическому здоровью**

- **Ускорение темпа современной жизни, дефицит времени**
- **Чрезмерная загруженность родителей, их невротизация**
- **Дисгармоничные семейные отношения**
- **Неудовлетворительные жилищно-бытовые условия, занятость родителей, ранний выход матери на работу и помещение ребенка в ясли**

# **Признаки нарушений психологического здоровья проявляются:**

- **В трудностях засыпания и беспокойном сне**
- **В усталости после нагрузки, которая совсем недавно его не утомляла**
- **В беспричинной обидчивости, плаксивости или наоборот, повышенной агрессивности**
- **В отсутствии уверенности в себе, которая выражается в том, что ребенок все чаще ищет одобрения у взрослых, буквально «жметесь к ним»**
- **В рассеянности, невнимательности»**
- **В беспокойстве и непоседливости**
- **В проявлении упрямства**

# **Признаки нарушений психологического здоровья проявляются:**

- **В том, что он постоянно сосет соску, палец, или жует что-нибудь, слишком жадно без разбора ест, или наоборот, не ест**
- **В боязни контактов, стремлении к уединению, в отказе участвовать в играх сверстников (часто ребенок бесцельно бродит по групповой, не находя себе занятия)**
- **В игре с половыми органами**
- **В подергивании плеч, качании головой, дрожании рук.**
- **В снижении массы тела или, напротив, начинающихся проявляться симптомах ожирения**
- **В повышенной тревожности**
- **В дневном и ночном недержании мочи, которого раньше не наблюдалось**

## ***Как сохранить психологическое здоровье***

- **Создание спокойной и доброжелательной обстановки**
- **Внимательное отношение к эмоциональным потребностям ребенка**
- **Осуществление необходимого наблюдения и обеспечение материальными средствами, необходимыми семье**
- **Следует предоставлять ребенку больше самостоятельности и независимости, давать ему возможность общаться с другими детьми и взрослыми вне дома и обеспечивать соответствующие условия для обучения**

**Любите и уважайте своих  
малышей!**

