

Консультация для родителей

Психологическое здоровье детей дошкольного возраста

Один из самых замечательных периодов в развитии ребёнка - это дошкольное детство, когда складывается личность, самосознание и мироощущение ребенка.

В связи с тем, что именно в дошкольном возрасте наиболее часто встречаются дети, страдающие неврозами и другими психическими заболеваниями, весьма актуальной является проблема психопрофилактики психического состояния здоровых детей дошкольников.

Безусловно, самым лучшим профилактическим средством являются хорошие отношения родителей с детьми, понимание родителями внутреннего мира своего ребенка, его проблем и переживаний, умение поставить себя на место своих детей. Конечно, не существует готовых рецептов и моделей воспитания, которые можно просто взять и, не изменяя, «приложить» к своему ребенку, однако можно дать некоторые рекомендации по воспитанию детей, отнестись к которым по-своему право каждого родителя.

Поверьте, в уникальность своего ребенка, в то, что Ваш ребенок единственный в своем роде, непохож ни на одного соседского ребенка, не является точной копией Вас самих, поэтому не стоит требовать от ребенка реализации заданной Вами жизненной программы и достижения поставленных Вами целей, предоставьте ему право прожить жизнь самому.

Позвольте ребёнку быть самим собой, со своими недостатками слабостями достоинствами, принимайте его такой, какой он есть, опирайтесь на сильные стороны ребенка.

Не стесняйтесь демонстрировать ему свою любовь, дайте ему понять, что будете любить его всегда и при любых обстоятельствах.

Не бойтесь «залюбить» ребенка, берите его на колени, смотрите ему в глаза, обнимайте его, целуйте его тогда, когда ему этого хочется.

В качестве воспитательного воздействия чаще используйте ласку и поощрение, чем наказание и порицание.

Постарайтесь, чтобы Ваша любовь не обернулась вседозволенностью и безнадзорностью, установите четкие рамки и запреты (желательно, чтобы их было немного лишь самые основные на Ваш взгляд) и позвольте ребенку свободно действовать в этих рамках. Упорно придерживайтесь установленных запретов и разрешений.

Не спешите прибегать к наказаниям, постарайтесь воздействовать на ребенка - это самый эффективный способ давать ему инструкции. В случае неповиновения родителю необходимо убедиться, что просьба соответствует возрасту и возможностям ребенка. Лишь в этом случае можно применять прямые инструкции - приказы, что достаточно эффективно, если ребенок привык реагировать на вежливые просьбы родителей, и только в том случае, если ребенок демонстрирует открытое неповиновение, родитель может

подумать о наказании. Нет необходимости напоминать, что наказание должно соответствовать поступку, ребенок должен четко понимать, за что он наказан.

Каждый родитель сам выбирает меру наказания, хочется лишь заметить, что физические наказания самая крайняя и самая тяжелая по своим последствиям карательная мера.

Не забывайте, что ключ к сердцу ребенка лежит через игру, именно в процессе игры Вы сможете передать ему необходимые навыки и знания, понятия о жизненных ценностях случае понять друг друга.

Чаще разговаривайте с ребенком, объясняйте ему непонятные явления ситуации, суть запретов и ограничений. Помогите ребенку научиться вербально выражать свои желания, чувства и переживания, научиться интерпретировать свое поведение других людей.

Эмоциональная стабильность и отсутствие психологического напряжения у ребенка в семье, оказывает большое влияние на психологический комфорт в ДОУ. Уверенность в любви, уважение и понимании близких настраивает ребенка на открытые, доброжелательные отношения с педагогами и сверстниками в детском саду.

Для дошкольника важно, чтобы распорядок жизни был стабильным. Ребенок, который привык к определенному порядку, более уравновешен. Он представляет себе последовательность занятий, смену видов деятельности в течение дня и заранее настраивается на них. Обстановка спокойной жизни, отсутствие спешки, разумная сбалансированность планов взрослых – необходимые условия нормальной жизни и развития детей.

Ребенку дошкольного возраста психологически комфортно, если он здоров, не обременен внутренними психологическими проблемами, может быть самим собой, если его окружают приятные для него взрослые, принимающие его таким, каков он есть, если ребенок занят увлекательным делом.

Хотелось бы напомнить родителям: психическое здоровье наших детей в ваших руках. Чаще полагайтесь на свою любовь и интуицию при необходимости обращайтесь за помощью к психологу или психотерапевту.



Подготовила: Маковецкая Е.А., педагог – психолог МБДОУ «ДСКВ № 115»