**Консультация для педагогов:**

**«Особенности формирования**

**психологического здоровья**

**детей»**

Педагог-психолог

А.А. Сакович

**Особенности формирования**

**психологического здоровья детей**

**Психологическое здоровье** является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Как отмечает О. В. Хухлаева с одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных, культурных ролей, с другой – обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течении всей его жизни.

В современном обществе все чаще возникает вопрос: на сколько же **психологическое здоровье** связано с физическим? Появилось новое научное направление *«****психология здоровья****»* - и наука о **психологических причинах здоровья**, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития.

Зачастую понятия *«****психологическое здоровье****»* и *«зрелость личности»* употребляют синонимично. Однако это правомерно лишь по отношению к взрослому человеку. **Психологическое здоровье** ребенка является лишь предпосылкой достижения в будущем личностной зрелости. Возникает необходимость определения нормы **психологического здоровья**. Так, О. В. Хухлаева считает, что для **психологического здоровья** правомерно за норму принимать отсутствие патологии, отсутствие симптомов, мешающих адаптации человека в обществе. Для **психологического здоровья норма – это**, наоборот, присутствие определенных личностных характеристик, позволяющих не только адаптироваться к обществу, но и развиваясь, самому содействовать его развитию.

Исходя из вышесказанного, выделяют 3 уровня **психологического здоровья**:

- Высший – креативный. К нему относят людей с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности, наличие созидательной позиции.

- Средний – адаптивный. Это люди в целом адаптированные к социуму, однако имеющие несколько повышенную тревожность.

- Низший – дезадаптивный. К нему уже относят людей стремящихся **приспособиться** к внешним условиям в ущерб своим желаниям или возможностям или людей имеющих активно-наступательную позицию, стремление подчинить окружение своим потребностям.

Какие же факторы влияют на **формирование психологического здоровья**?

Условно выделяют две группы факторов риска нарушения **психологического здоровья**:

• Объективные, или факторы среды (семейные неблагоприятные факторы и неблагоприятные факторы, связанные с детскими учреждениями, профессиональной деятельностью, социально-экономической ситуацией в стране).

• Субъектинвые, обусловленные индивидуально-личностными **особенностями***(темперамент, контроль, самооценка, критичность и т. д.)*

Для ребенка наиболее значимыми являются объективные факторы. Основными неблагоприятными факторами можно назвать:

• Взаимодействие по типу *«ребенок-кумир семьи»*.

• Отсутствие одного из родителей или конфликтные отношения между ними.

• Негативное родительское программирование.

• Группу факторов, связанных с детскими учреждениями.

На момент поступления ребенка в детский сад он встречается с первыми чужим значимым взрослым – воспитателем, эта встреча во многом определит его последующее взаимодействие со значимыми взрослыми. С воспитателем ребенок получает первый опыт полиадического общения.

Как показывают исследования О. В. Хухлаевой, воспитатель не замечает обычно около 50% направленных к ней обращений детей. И это может привести к росту самостоятельности ребенка, снижению эгоцентризма, а может – к неудовлетворению потребности в безопасности, развитию тревожности, **психосоматизации ребенка**.

Кроме того, в детском саду у ребенка может появиться серьезный внутренний конфликт в случае конфликтных отношений со сверстниками. Основной задачей всего коллектива ДОУ является полное устранение либо сглаживание вышеназванных негативных факторов.

В. Франкл выделил ряд педагогических условий становления **психологического здоровья детей**:

- оптимальное сочетание напряжения, побуждающего к действию и расслабления.

- положительный фон настроения.

- социальный интерес.

Э. Фром отмечал, что у педагогов должна быть так называемая биофильная ориентация, то есть ориентация на жизнь *(жизнелюбие, жизнерадостность, чувство юмора)*.

Необходимо понимать, что указанные условия можно рассматривать только в вероятностном плане. С большей степенью вероятности ребенок вырастет в таких условиях **психологически здоровым**, при их отсутствии - с теми или иными нарушениями **психологического здоровья**. До сих пор современная наука знает больше о причинах **психологических нарушений**, чем о причинах **психологического здоровья**.

Таким образом, научное и практическое исследование данного вопроса представляет собой широкое поле деятельности для различных специалистов и оставляет вопрос актуальным.