

РОЛЬ СЕМЬИ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Введение. Среди значимых для человека ценностей одно из ведущих мест занимает здоровье. Проблема здоровья детей, особенно психологического, является наиболее актуальной на сегодня. Психологическое здоровье — это целостное состояние личности, опосредующее относительно успешное взаимодействие со средой обитания, способность реализовывать себя на началах ответственного разума, добра и созидания, это постановка перед собой доступных целей, нахождение соответствующих им средств осуществления [1]. Психологически здоровый ребёнок — это, прежде всего, ребёнок спонтанный и творческий, жизнерадостный и весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом принимает ценность и уникальность окружающих его людей. Психологическое благополучие ребёнка обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт. Именно эмоциональное благополучие является наиболее ёмким понятием для определения успешности развития ребёнка.

Основная часть. В дошкольном возрасте проблемы психологического здоровья имеют более прямую связь с окружающей обстановкой, чем в другие возрастные периоды. Семья является главным социальным фактором становления и укрепления психологического здоровья ребёнка. Благодаря своим особенностям семья как малая группа создаёт своим членам такие условия для эмоциональных проявлений и удовлетворения эмоциональных потребностей, которые помогают человеку ощущать свою принадлежность к обществу, усиливают чувство его безопасности и покоя, вызывают желание оказать помощь и поддержку другим людям.

Эксперты Всемирной организации здравоохранения на основе анализа результатов многочисленных исследований в различных странах убедительно показали, что нарушения психического здоровья гораздо чаще отмечаются у детей, которые страдают от недостаточного общения со взрослыми и их враждебного отношения к ним, а также у детей, которые растут в условиях семейного «разлада» [1].

Каждый человек имеет определённые индивидуальные врождённые особенности: строение тела, интеллектуальные задатки и т. д. Появляясь на свет как индивид, человек автоматически включается в систему общественных взаимоотношений и процессов, в результате чего приобретает особое социальное качество — он становится личностью. Семья же является важнейшим институтом становления человека как личности. Именно в ней ребёнок получает первый опыт общения, социального взаимодействия.

Важно, прежде всего, создание в семье условий, в которых бы ребёнок не испытывал депривации, ущемления таких важных потребностей, как потребность в ласке, внимании, защищённости, сопереживании, других значимых для себя потребностей, «заявляющих» о себе в этот период детства. Именно семья с характерными для неё интимно-личностными связями способна, как никакой другой социальный институт, обеспечить ребёнку эмоциональную защищённость, переживание чувства доверия к миру, уверенности, самоценности своего существования, что так значимо для психологического здоровья.

Для этого важно принятие ребёнка таким, какой он есть, проявление искренней заинтересованности в нём. Суть безусловного принятия в том, что, когда взрослый оказывает безусловное положительное внимание ребёнку, он не требует заслужить это внимание, его время и участие. Он добровольно поддерживает ребёнка просто потому, что считает это правильным.

Родители способствуют сохранению, развитию чувства безопасности, самооценки (тем самым и психологического здоровья) своего ребёнка и тогда, когда, пресекая неприемлемые действия своего ребёнка, не стыдят и не винят его, когда помогают найти социально приемлемые выходы для его чувств. Разнообразны приёмы, способы формирования у ребёнка чувства безопасности, но «лучший способ внушить ему ощущение безопасности и побудить расти — это материнские объятия» (Э. Берн).

Особая роль в развитии ребёнка, формировании у него психологического здоровья отводится стилю воспитания в семье. Выявлено, что ценностное отношение к ребёнку с высокой рефлексией и ответственностью за него — наиболее эффективный стиль воспитания. В. С. Мухина отмечает: «Здесь ребёнок выражает любовь и доброжелательность, с ним играют и разговаривают на интересующие его темы. При этом его не сажаят на голову, а предлагают считаться с другими. Он знает, что такое “надо”, и умеет дисциплинировать себя. В такой семье растёт полноценный человек с чувством собственного достоинства и ответственности за близких» [2, с. 257].

Обнаружено, что полное внутреннее принятие родителями своего ребёнка, уважение его индивидуальности, сочетающееся с последовательными и ясными требованиями к нему, способствуют развитию положительной самооценки, позитивной «Я-концепции» ребёнка.

Семья — благодатное поле и для развития эмпатии, сопереживания, качеств, связанных с психологическим здоровьем. В силу возрастного эгоцентризма самому ребёнку трудно выйти за пределы собственных переживаний и стать на позицию другого человека, проникнуться его эмоциями и чувствами.

Эмпатия интенсивно развивается у детей в тех семьях, где её проявления поощряются, стимулируются взрослыми. Прежде всего, в семье развивается познавательный компонент эмпатии — ребёнок учится распознавать эмоциональные состояния другого человека. В различных ситуациях повседневной жизни дети сопереживают, сочувствуют членам семьи, и тем самым формируется эмоциональный компонент эмпатии. Ребёнок заботится о близких ему людях, порой в ущерб собственным интересам (деятельностный компонент эмпатии).

В формировании чувства безопасности, самооценности, оптимизма, самостоятельности ребёнка важно и то, как родители относятся к себе, какова их самооценка, есть ли у самих чувство безопасности. Взрослым, обладающим этим чувством, высоко себя оценивающим, легче принимать ребёнка таким, какой он есть. Уверенный в себе человек ведёт себя, как правило, спокойно и великодушно. Такой родитель не станет воплощать в ребёнке собственные нереализованные планы, мечты, навязывая ему тот или иной вид деятельности, неосознанно стремясь воспитать в первую очередь те черты характера, которыми сам не обладает. Кроме того, в соответствии с механизмом идентификации, дети усваивают тот образец отношения к себе, к миру, который им демонстрируют родители [3, с. 86].

Необходимо отметить, что качество, содержание опыта, который приобрёл ребёнок в детстве в процессе домашнего общения со своими родителями, является гораздо более важным фактором, нежели показатель времени, проведенного вместе.

Заключение. В семье ребёнок получает свой первый социальный опыт. Очень важно, чтобы он воспитывался в доброжелательной атмосфере, чтобы в процессе воспитания у родителей было единство взглядов на воспитание. Для сохранения психологического здоровья ребёнка родителям важно уделять внимание его внутреннему миру: проблемам и переживаниям, уверенности или неуверенности в себе, в своих силах, способностях, интересах; его отношениям к людям и жизни как таковой.

Список цитируемых источников

1. Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей [Электронный ресурс] : докл. Ком. экспертов Всемир. организации здравоохранения (ВОЗ) 1979 г. — Режим доступа: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/91771>. — Дата доступа: 10.01.2019.
2. Мухина, В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. — М., 1999.
3. Семёнова, Е. М. Психологическое здоровье ребёнка и педагога : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Е. М. Семёнова, Е. П. Чеснокова ; под ред. Е. А. Панько. — Мозырь : Белый ветер, 2010. — 174 с.

УДК 378

В. В. Данилюк

Государственное учреждение образования «Жемчужненский ясли-сад», аг. Жемчужный

СЮЖЕТНО-РОЛЕВАЯ ИГРА «СТУДИЯ КРАСОТЫ» КАК СРЕДСТВО УСВОЕНИЯ ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СОЦИАЛЬНОГО ОПЫТА

Введение. В обновлении современного общества на первый план выдвигается проблема социализации личности человека, т. е. усвоение им с раннего возраста ценностей общества, в котором ему предстоит жить. Благополучие ребёнка в дальнейшей жизни во многом зависит от того, насколько успешным оказался его ранний социальный опыт.

Основная часть. Дошкольный возраст является активным периодом усвоения социальных норм. Высокий темп психического и личностного развития ребёнка-дошкольника, его открытость миру, новому опыту создают благоприятную психологическую почву для вступления в общественную жизнь. Первые серьёзные требования к ребёнку в плане овладения им социальными нормами предъявляются в школе, поэтому родители зачастую не ставят перед собой задачи социального развития дошкольника, оно прочно занимает в их сознании второстепенное место. Приоритет отдаётся их умственному развитию, обучению, подготовке к школе, а социализация идет стихийно, как бы сама по себе. Между тем именно в дошкольном возрасте складываются первые стереотипы социального поведения, формируется индивидуальный стиль поведения человека, вырабатываются навыки и привычки правильного поведения, складывается характер.

В дошкольном возрасте ребёнок открывает для себя мир человеческих отношений, разных видов деятельности и общественных функций людей. Ему хочется включиться в эту взрослую жизнь, активно в ней участвовать, что, конечно, ему недоступно. Кроме того, он стремится к самостоятельности. Из этого противоречия и рождается ролевая игра — самостоятельная деятельность детей, моделирующая жизнь взрослых.