



ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Новаковская Виктория Сергеевна

ст. преподаватель Технического института филиала «СВФУ» в г. Нерюнгри

Тебенева Ольга Валериевна

студент Технического института филиала «СВФУ» в г. Нерюнгри

Дошкольное детство — важный период развития и становления ребенка, именно в этот период происходит формирования здоровья ребенка, как физического, психического, культурно-нравственного, и интеллектуального потенциала.

В.Э. Пахальян определяет психологическое здоровье как «динамическое состояние внутреннего благополучия (согласованности), которое позволяет человеку актуализировать свои индивидуальные и возрастно-психологические возможности на любом этапе».

Вопрос сохранения и укрепления здоровья детей, в том числе и психологического, отражен в нормативных документах. В Законе РФ «Об образовании» Федеральные государственные требования к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования

Вопросами психического и психологического здоровья занимались педагоги и психологи: А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, Н.Г. Гаранян, И.В. Давыдова, В.В. Дубровина, А.Н. Леонтьев, Г.Н. Никифоров, В.Э. Пахальян, Ж. Пиаже, С.Л. Рубинштейн, А.Б. Холмогорова, О.В. Хухлаева, Д.Б. Эльконин и др. отмечали, что психические явления возникают в ходе специфического взаимодействия индивида с внешним миром.

По мнению И.В. Дубровиной — «психологические аспекты психического здоровья, есть совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации».

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психологического здоровья. Важно на данном этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Психологические аспекты это такие личностные характеристики, как умение противостоять стрессам, свободно адаптироваться и успешно реализовывать свои возможности в социуме.

К таким характеристикам относят: показатели соматического здоровья, свойства здоровых людей: активность, целеустремленность, а также адаптация к благоприятным и неблагоприятным условиям: стрессоустойчивость, коммуникабельность умение держать свои поступки в рамках социальной нормы.

Психологическое здоровье делает личность самодостаточной, у которой оптимально функционируют все психические структуры человека, необходимые для текущей жизнедеятельности.

Г.А. Широковой были выделены критерии психологического здоровья, так к внешним критериям относятся «адаптивность, как приспособление к окружающей среде, равновесие организма со средой, функции организма» к внутренним критериям такие как «благополучие — состояние душевного и физического покоя, вызванное оптимальным протеканием всех жизненных процессов, гармоничность — баланс развития организма, способность функционировать».

Таким образом, психологическое здоровье — это умение с внутренним спокойствием и дальнейшим позитивным развитием приспосабливаться к различным ситуациям окружающей среды. Основная функция психологического здоровья — это поддержание активного динамического баланса между человеком и окружающей средой.

Психологическое здоровье детей имеет свою специфику. И.В. Дубровина отмечает, что «основу психологического здоровья составляет полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Следовательно, психологическое здоровье ребенка и взрослого отличаются совокупностью личностных новообразований, которые еще не развились у ребенка, но должны присутствовать у взрослого».

Дошкольное детство, является сенситивным периодом для формирования и развития всех функций деятельности человека. В этом возрасте происходит становление таких процессов как: мышление и память ребенка, которое переходит от наглядно-действенного к наглядно-образному. С развитием процессов мышления неразрывно связано развитие речи, формирование данных процессов являются основой и неразрывно связано с появлением мировоззрения и самосознания ребенка-дошкольника. По мнению Л.С. Выготского, ведущее значение в дошкольном возрасте приобретает развитие воображения дошкольников.

Данные новообразования происходит под непосредственным влиянием и в окружении близких взрослых, которые не только заботятся о ребенке, учат, его, но и создают психологический комфорт. Однако, несомненно, важно в каких условиях происходит формирование данных функций, какой психологический климат окружает ребенка, насколько комфортна окружающая его атмосфера.

М.И. Лисина считает: «общение со старшими для маленького ребенка служит единственно возможным контекстом, в котором он постигает и «присваивает» добытое людьми ранее. Таким образом, общение — главнейший фактор общего психического развития детей» [2]. Именно в дошкольный возраст характеризуется тесной эмоциональной привязанностью ребенка к родителям (особенно к матери), причем не в виде зависимости, а в виде потребности в любви, уважении, признании.

Исследования М. Эйнсворта, Э. Эриксона позволили сделать вывод, что «нарушения взаимодействия ребенка с матерью может привести к формированию таких негативных личностных образований, как тревожная привязанность и недоверие к окружающему миру вместо нормальной привязанности и базового доверия».

Основой психического здоровья ребенка является полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Нарушения психического здоровья связаны как с соматическими заболеваниями или дефектами физического развития, так и с различными неблагоприятными факторами социального порядка и стрессами, воздействующими на психику.

По мнению Т.Г. Перетяни, причиной развития невротических расстройств являются психогенные факторы. К ним относятся: «психические травмы, вызванные испугом, страхом, психотравмирующие ситуации, возникающие в результате нарушений межличностных отношений (ссоры, разводы, алкоголизм родителей), болезни и смерти близких, жестокого и несправедливого обращения с детьми, неадекватности и жесткости требований родителей».

Психологические особенности детей с ОВЗ выражаются, особенности их поведения, это выражается в двигательной расторможенности, повышенной возбудимостью, раздражительности, неусидчивости, эмоциональной несдержанности, импульсивности, агрессии.

Психологическое здоровье детей с ограниченными возможностями здоровья подчиняется общим законам, все же имеют свои особенности, как по физиологическим, так и социальным причинам и требует профилактически-развивающей направленности, как на групповых так и на индивидуальных коррекционных занятиях.

Дети с ограниченными возможностями здоровья — это дети с различными психолого-физиологическими проблемами, к которым относятся: нарушение зрения, слуха, речи (ЗРР, заикание), нервно-психического здоровья (минимальная дисфункция мозга, невротические и преневротические расстройства), нарушения опорно-двигательного аппарата, задержка психического развития (ЗПР), умственная отсталость, дети с множественными нарушениям развития и аутизмом.

Дошкольники с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) имеют как общие нарушения, так и соответствующие конкретному диагнозу. Н.М. Назарова отмечает, что «к числу недостатков развития, характерных для всех категорий лиц с ограниченными возможностями здоровья относятся: замедленное и ограниченное восприятие, недостатки развития моторики, недостатки речевого развития и мыслительной деятельности, недостаточная по сравнению с обычными детьми познавательная активность, пробелы в знаниях и представлениях об окружающем мире, межличностных отношениях, недостатки в развитии личности (неуверенность в себе и неоправданная зависимость от окружающих, низкая коммуникабельность, эгоизм, пессимизм, заниженная или завышенная самооценка, неумение управлять собственным поведением)».

Особая группа детей, требующих внимания, терпения, индивидуального подхода — дети с нарушениями нервно-психического здоровья. С.А. Черкасова отмечает, что «нервно-психическая сфера ребенка очень чувствительна к различным неблагоприятным воздействиям. Перенесенные заболевания, тем более, повторные, психические переживания, непосильные эмоциональные, умственные, физические нагрузки, могут быть причиной ослабления функционального состояния нервной системы ребенка, и привести к ухудшению его психического здоровья».

Психологические особенности детей с ОВЗ выражаются, особенности их поведения, это выражается в двигательной расторможенности, повышенной возбудимостью, раздражительности, неусидчивости, эмоциональной несдержанности, импульсивности, агрессии. Значительно реже у них наблюдаются заторможенность и вялость.

Дошкольный период — процесс новообразований качеств личности, и становление норм и ценностей, которые вырабатывается в социуме. Психологическое здоровья дошкольников формируются при непосредственном общении со взрослыми, родителями, детьми, свое влияние оказывает доброжелательная доверительная атмосфера, стиль воспитания и взаимодействия в семье.

Формирование психологического здоровья детей с ОВЗ имеет сложную структуру, трудности социализации и адаптации, а также о необходимости тщательного анализа процесса уровней психологического здоровья с целью оказания коррекционной помощи по формированию и укреплению психологического здоровья, следовательно способность самостоятельно достигать относительное равновесие в отношениях с собой и окружающими, как в благоприятных, так и в экстремальных жизненных ситуациях.