

МАДОУ детский сад №15 «Сказка»

**Круглый стол**  
**«Психологическое здоровье детей**  
**дошкольного возраста»**



Подготовила:  
педагог-психолог  
высшей квалификационной категории  
Алферова Ю.А.

## *Здоровье – это...*

состояние полного физического, духовного  
и социального благополучия, а не только  
отсутствие болезней и физических дефектов.



## *Психологическое здоровье – это...*

состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических проявлений, обеспечивающее адекватную регуляция поведения и деятельности.



**Гиперактивные дети выделяются из среды своих сверстников неудержимой энергией. Находясь постоянно в движении, они вовлекают в свои шумные забавы остальных.**



**Гиперактивность** — совокупность симптомов, связанных с чрезмерной психической и моторной активностью. К внешним проявлениям гиперактивности относится невнимательность, импульсивность и повышенная двигательная активность. Причинами такого поведения могут быть: генетические факторы, родовые травмы, перенесённые ребёнком инфекционные заболевания другие причины.



Следует различать два понятия, такие как: гиперактивность и СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивность).

- ▶ **Гиперактивность** — состояние, при котором двигательная активность и возбудимость человека превышает норму, является неадекватной и непродуктивной.
- ▶ **Синдром дефицита внимания и гиперактивности у ребенка** — расстройство развития, проявляющееся в нарушении поведения.



## Симптомы гиперактивности:

- ▶ **При невнимании:** отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии); слышит, когда к нему обращаются, но не реагирует на обращение; с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его; имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий); часто теряет вещи; избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий; часто бывает забывчив.
- ▶ **Сверх активность:** ерзает, не может усидеть на месте; проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя); находится в постоянном движении (с «мотором»); очень говорлив.
- ▶ **Импульсивность:** отвечает до того, как его спросят; не способен дождаться своей очереди; часто вмешивается, прерывает; резкие смены настроения; не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же); не подчиняется правилам (поведения, игры); имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).



# Основные причины возникновения СДВГ у детей

- ▶ Нехватка в организме ребенка определенных гормонов;
- ▶ Перенесенные травмы и инфекционные заболевания;
- ▶ Хронические заболевания матери во время беременности;
- ▶ Любые заболевания у младенца, сопровождающиеся высокой температурой и нарушением работы мозга и/или нервной системы.

**В среднем около 3-7% всех детей во всем мире живут с синдромом дефицита внимания и диагнозом гиперактивность. Причем мальчиков среди них в 2-4 раза больше, чем девочек.**



# Активный или гиперактивный ???



| Активный ребёнок                                                                                                                                                                          | Гиперактивный ребёнок                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Большую часть дня «не сидит на месте», предпочитает подвижные игры пассивным (пазлы, конструкторы), но, если его заинтересовать — может и книжку с мамой почитать, и тот же пазл собрать. | Он находится в постоянном движении и просто не может себя контролировать, то есть даже если он устал, он продолжает двигаться, а выбившись из сил окончательно, плачет и истерит. |
| Быстро и много говорит, задает бесконечное количество вопросов.                                                                                                                           | Быстро и много говорит, глотает слова, перебивает, не дослушивает. Задает миллион вопросов, но редко выслушивает ответы на них.                                                   |
| Для него нарушение сна и пищеварения (кишечные расстройства) — скорее исключение.                                                                                                         | Его невозможно уложить спать, а если спит, то урывками, беспокойно. У него часто кишечные расстройства. Всевозможные аллергии не редкость.                                        |
| Он активный не везде. К примеру, беспокойный и непоседливый дома, но спокойный — в садике, в гостях у малознакомых людей.                                                                 | Ребенок — неуправляемый, при этом он абсолютно не реагирует на запреты и ограничения. И в любых условиях (дом, магазин, детсад, детская площадка) ведет себя одинаково активно.   |
| Он неагрессивный. То есть случайно или в пылу конфликта может и наподдать «коллеге по песочнице», но сам редко провоцирует скандал.                                                       | Часто провоцирует конфликты. Не контролирует свою агрессию — дерется, кусается, толкается, причем пускает в ход подручные средства: палки, камни                                  |



# Какие приемы и методы работы использовать с гиперактивным ребенком?

1. Сказкотерапия.
2. Прием тактильного контакта.
3. Техники дыхания.
4. Метод смены деятельности.
5. Прием поощрения/ легкое наказание



# ДЕТСКИЕ КАПРИЗЫ

## Как с ними бороться?



**Капризы** (англ. child caprices) — формы поведения, выражающиеся в противодействии и сопротивлении требованиям, советам, указаниям взрослых.

**Упрямство** — один из самых распространённых видов детских капризов, неременный спутник возрастных капризов. Упрямство используется как средство разрешения конфликтов и противоречий между родителями и детьми, своеобразный способ самоутверждения в глазах взрослых и сверстников.



# Причины возникновения капризов

- нарушение режима дня;
- смена обстановки, обилие новых впечатлений;
- плохое самочувствие во время болезни;
- переутомление (физические нагрузки);

Преодолеть капризы можно, если все члены семьи будут иметь единые требования к ребёнку: будут тверды в позиции, дадут понять значение слова «нельзя», научат ребёнка быть самостоятельным, благодаря совместной деятельности со взрослым.

Взрослым необходимо изменить свое обычное поведение, вырваться из зависимости от капризного ребёнка. Корни упрямства и капризов лежат не в ребёнке, а в родителях. Источник их в ребёнке искать бесполезно.



# Как же справиться с детскими капризами?

1. Определите причину детского каприза или гнева. Если ребенок требует чтобы ему срочно купили понравившуюся игрушку, — это каприз необоснованный. Если малыш самостоятельно надевает колготки, но мама его при этом торопит, а он начинает настаивать:  
«Я сам!», сопровождая требование криками и слезами— виной всему взрослые.
2. Отвлеките его внимание на чем-нибудь, переключите на другую деятельность, интересное занятие, когда каприз только начинается.
3. Успокойте ребенка ласковыми и нежными словами.
4. Оставьте его на какое-то время одного в покое, не обращая внимания.
5. Старайтесь не срываться в ответ на детские капризы.
6. Поговорите с малышом о случившемся, когда капризный ребенок утихнет. Важно показать ему, что вас огорчило его поведение, что вы расстроились. И в тоже время, дайте понять ребенку, что вы любите его и убеждены, что он больше не будет так поступать.

**Пик капризов и упрямства приходит на кризисные моменты в жизни ребёнка. Они наступают в 3 года и в 7 лет.**

# Если ребенок не хочет рисовать. Что делать? Как увлечь?

- ▶ Самый первый совет - не паниковать и не заставлять ребенка рисовать.
- ▶ Также попробуйте сесть рядом с малышом и показать ему, как вы сами рисуете
- ▶ Также необходима похвала.
- ▶ Не критикуйте работы ребенка, особенно на первых порах.
- ▶ Постарайтесь находить положительные элементы даже в откровенно неудачных рисунках.
- ▶ Нельзя хвалить за плохое, нужно подмечать хорошее
- ▶ Начните обучение рисованию с элементарного раскрашивания.
- ▶ Рисуйте вместе, экспериментируйте!
- ▶ Рисуйте через трафареты, рисуйте пальцами, ладошками, делайте отпечатки овощами, фруктами, даже брызги красками допустимы.
- ▶ Пусть ребенку будет весело!



*«Дети святы и чисты,  
нельзя делать их игрушкой своего настроения»*

*А.П. Чехов*

