

**О НЕКОТОРЫХ ДЕТЕРМИНАНТАХ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЁНКА**

Т. В. ГОРМОЗА,

кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной и педагогической психологии Белорусского государственного педагогического университета имени М. Танка

*Если ребёнок видит враждебность,*

*Он учится драться.*

*Если над ребёнком насмеваются,*

*Он учится быть робким.*

*Если ребёнка принимают и обращаются с ним дружелюбно,*

*Он учится находить любовь в этом мире. **Дорис Лоу Ноулт***

В дошкольном детстве закладывается фундамент будущей личности. Формирование чувства личной и культурной идентичности сопровождается сильными эмоциями и переживаниями, которые ребёнок должен интегрировать в структуру собственной личности. В данной работе показаны некоторые аспекты влияния психологической атмосферы в семье на формирование страхов и тревожности в период дошкольного детства.

Экспертами Всемирной организации здравоохранения здоровье определяется как «...отсутствие психических, физических дефектов, а также полное физическое, духовное и социальное благополучие». Выделяют здоровье физическое (красота, пластичность, гибкость), физиологическое (нормальное функционирование внутренних органов) и психическое (отражает состояние психики человека).

Здоровье человека определяется рядом социально-психологических закономерностей, среди которых, согласно модели обусловленности здоровья (Ю. Н. Лисицин, В. П. Петленко), основными и определяющими являются образ жизни и внешняя среда. Таким образом, ощущение благополучия в большей мере зависит от оценки самой личности, а также чувства её социальной принадлежности. Если человек научится осознавать и контролировать своё поведение, эмоции, мысли, то он будет уметь гармонизировать семейные отношения, избавляться от вредных привычек. Таким образом, путём познания и улучшения психологической составляющей здоровья можно не только предупреждать возникновение болезней, но и совершенствовать самого человека.

Воспитание гармонично развитой личности возможно лишь через раскрытие «цветка её потенциалов» (Б. Г. Ананьев), в том числе и общественного потенциала как социального аспекта здоровья. Раскрытие общественного потенциала означает способность оптимально адаптироваться к социальным условиям, стремление постоянно повышать уровень коммуникативной компетентности.

С позиций современной западной психологии (А. Маслоу, Х. Линдерман, А. Эллис) важнейшими показателями психического здоровья являются самоуважение и степень выраженной тревожности. Позитивно настроенные люди, не склонные мучить себя вечными сомнениями, неуверенностью, дурными предчувствиями и пессимизмом, имеют хорошие перспективы на укрепление и поддержание собственного здоровья.

Дошкольный возраст характеризуется сильнейшей зависимостью от взрослого. Прохождение данного этапа становления личности во многом определяется тем, как складываются отношения ребёнка и взрослого [1]. Родительская авторитарность порождает у дошкольника дефицит самостоятельности, чувства собственного достоинства, неуверенность в себе и т. д., что оказывает негативное влияние на процесс формирования личности несовершеннолетнего [2].

Стиль отношения взрослых к ребёнку определяет тенденцию к определённому стилю детского поведения, а также оказывает влияние на психическое здоровье несовершеннолетнего [1]. Неуверенность малыша в положительном отношении к себе взрослого проявляется в подавлении агрессии, переживаемой дошкольником. Если же отношение взрослого воспринимается как негативное, то ситуация общения с ним приводит ребёнка в состояние тревоги и смущения. В то же время длительный дефицит эмоционально положительного отношения к себе со стороны хотя бы одного взрослого может вызвать у ребёнка неуверенность в позитивном отношении к нему взрослых вообще, способствовать появлению чувства тревоги и формирования эмоционального неблагополучия личности.

Природа высокой значимости межличностных взаимоотношений в диаде «ребёнок — взрослый» заключается в том, что они опосредуют социальную адаптацию личности, реализуют