

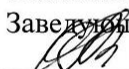
Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка»

Факультет дошкольного образования
Кафедра общей и детской психологии

(рег. № Улк-28-1-113-2023)

СОГЛАСОВАНО

Заведующий кафедрой

 Леганькова О.В.

21.06 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета

 Анцыпирович О.Н.

21.06 2023 г.

ЭЛЕКТРОННЫЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ

ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ СЕМЬЯМ
ВОСПИТАННИКОВ В УКРЕПЛЕНИИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

для специальностей:

1-01 01 01 Дошкольное образование

6-05-0112-01 Дошкольное образование

Составитель: Белокурская И.А., старший преподаватель

Рассмотрено и утверждено

на заседании Совета БГПУ 28.06 2023, протокол № 10

Рецензенты:

Кафедра психологии и педагогического мастерства Государственного учреждения образования «Республиканский институт высшей школы»;

Машарская О.С., главный научный сотрудник научно-исследовательского отдела учреждения образования «Белорусская государственная академия искусств», канд. психол. наук.

Составитель:

Белокурская И.А., старший преподаватель

Электронный учебно-методический комплекс по учебной дисциплине «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» для специальностей 1-01 01 01 Дошкольное образование; 6-05-0112-01 Дошкольное образование [Электронный ресурс] / Белорус. гос. пед. ун-т им. М. Танка ; сост. И. А. Белокурская. – Минск : БГПУ, 2023. – Режим доступа:

Настоящий электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) предназначен для обучающихся по специальности «Дошкольное образование», изучающих дисциплину «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей». ЭУМК составлен в соответствии с содержанием учебной программы данной дисциплины.

Внесен в Государственный регистр информационных ресурсов
(свидетельство № _____ от _____)

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	6
ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.....	53
РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ.....	61
ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ.....	66

РЕПОЗИТОРИЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий электронный учебно-методический комплекс (ЭУМК) предназначен для учреждений высшего образования обеспечивающих, обучение по специальности «Дошкольное образование». Издание обеспечивает функционирование междисциплинарных связей и способствует систематизации знаний студентов по циклу психолого-педагогических учебных дисциплин «Детская психология», «Дошкольная педагогика», «Психология развития», «Педагогическая психология», создаёт условия для развития профессиональных компетенций, способности к решению проблем, возникающих в ходе организации психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников, способности к оптимальному выбору и реализации психолого-педагогических программ на основе личностно-ориентированного и индивидуально-дифференцированного подходов.

Содержание ЭУМК ориентировано на обогащение будущих педагогических работников практическими навыками и умениями укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста, формирование их профессиональной психологической культуры в области взаимодействия с семьями воспитанников. Учебная дисциплина «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» направлена на подготовку к использованию психолого-педагогических эффективных методов и приёмов укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста, к эффективному решению профессиональных задач межличностного взаимодействия в учреждении дошкольного образования, на повышение коммуникативной компетентности будущих педагогических работников во взаимодействии с законными представителями воспитанников.

ЭУМК составлен в соответствии с содержанием учебной программы дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» для учреждений высшего образования.

Электронный учебно-методический комплекс содержит теоретический и практический разделы, раздел контроля знаний и вспомогательный раздел. Теоретический раздел содержит темы, раскрывающие проблемы психологического здоровья и темы, посвященные средствам, формам и методам взаимодействия с законными представителями воспитанников с кратким изложением лекционного материала соответствующей тематики. Содержание теоретического раздела логично структурировано в соответствии с учебной программой и специальностью «Дошкольное образование». Специальное внимание уделено вопросам психологического здоровья воспитанников раннего и дошкольного возраста. Практический раздел содержит планы практических занятий с разнообразными заданиями для закрепления материала практического характера, которые можно использовать в работе со студентами дневной и заочной форм получения образования. Вспомогательный раздел содержит

учебную программу по дисциплине «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей». Раздел контроля знаний содержит тематику контрольных работ и вопросы к зачету.

При разработке электронного учебно-методического комплекса учтены новые данные психологической науки, накопленные за последние годы как в Республике Беларусь, так и в других странах. В основу его положены принципы: научности, практической направленности обучения, рефлексивно-деятельностного овладения психологией, развития самостоятельности в процессе профессионального обучения, интеграции учебной и исследовательской деятельности обучающихся.

РЕПОЗИТОРИЙ

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Тема 1 Основные подходы к определению психологического здоровья

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.).
2. Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева).
3. Уровни психологического здоровья.
4. Показатели психологического здоровья.
5. Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие».
6. Психологические ресурсы стрессоустойчивости.

Основные понятия и термины: характеристики психологически здорового человека, аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты психологического здоровья, креативный, адаптивный, ассимилятивно-аккомодативный уровни психологического здоровья, показатели состояния психологического здоровья.

Информационный материал

1. Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.)

Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон И. В. Дубровиной. Давая первоначальное определение данной категории, И. В. Дубровина дифференцирует его от «психического здоровья»: психическое здоровье, по сути, имеет отношение к отдельным психическим процессам и механизмам; «психологическое здоровье» характеризует личность в целом, находится в непосредственной связи с проявлениями человеческого духа и позволяет выделить собственно психологический аспект проблемы психического здоровья.

Под психологическим здоровьем ею понимаются психологические аспекты психического здоровья, т. е. то, что относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа.

Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. С одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

Использование термина «психологическое здоровье» подчеркивает неразделимость телесного и психического в человеке, необходимость и того, и другого для полноценного функционирования. Более того, в последнее время выделилось такое новое научное направление, как психология здоровья – «наука о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития» (В. А. Ананьев). В рамках этого

направления подробно изучается влияние психических факторов на сохранение здоровья и на появление болезни. Поэтому, опираясь на положения психологии здоровья, можно предположить, что именно психологическое здоровье является предпосылкой здоровья физического. То есть если исключить влияние генетических факторов или катастроф, стихийных бедствий и т. п., то психологически здоровый человек, вероятнее всего, будет здоров и физически. В настоящее время существует довольно разработанное направление – психосоматическая медицина, которая рассматривает механизмы влияния психики на телесные функции, систематизирует психосоматические расстройства, определяет методы их профилактики и лечения.

В. Э. Пахальян, рассматривает психологическое здоровье как комплексное состояние благополучия и гармонии в различных аспектах человеческой жизни. **Психологическое здоровье – это сложное и многогранный концепт, который включает в себя не только отсутствие психических проблем, но и позитивные аспекты жизни, такие как самореализация, удовлетворенность, смысл и гармония (В. Э. Пахальян).**

Психологическое здоровье подразумевает умение эффективно справляться с жизненными стрессами и вызовами, а также развитие и использование своих ресурсов, способностей и потенциала.

В. Э. Пахальян акцентирует внимание на важности любовных и эмоциональных отношений, социальной поддержки и эмпатии в связи с психологическим здоровьем. Он также выделяет значение самоактуализации и самореализации в процессе достижения психологического благополучия.

Психологически здоровый человек – это прежде всего человек спонтанный и творческий, жизнерадостный и веселый, открытый и познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Такой человек возлагает ответственность за свою жизнь прежде всего на самого себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом, хотя он не всегда формулирует его для себя. Он находится в постоянном развитии и, конечно, способствует развитию других людей. Его жизненный путь может быть не совсем легким, а иногда довольно тяжелым, но он прекрасно адаптируется к быстро изменяющимся условиям жизни. И что важно — умеет находиться в ситуации неопределенности, доверяя тому, что будет с ним завтра.

Ключевым словом для описания психологического здоровья является слово «гармония», или «баланс». И прежде всего это гармония между различными составляющими самого человека: эмоциональными и интеллектуальными, телесными и психическими и т. п. Но это также и гармония между человеком и окружающими людьми, природой, космосом. При этом гармония рассматривается не как статическое состояние, а как процесс.

Психологическое здоровье представляет собой динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества, являющихся предпосылкой

ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи. Жизненную задачу при этом можно рассматривать как то, что необходимо сделать для окружающих именно конкретному человеку с его способностями и возможностями. Выполняя жизненную задачу, человек чувствует себя счастливым, в противном случае – глубоко несчастным.

В качестве центральной характеристики психологически здорового человека можно назвать **саморегулируемость**, т. е. возможность адекватного приспособления как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям, воздействиям. Здесь следует акцентировать внимание на возможных трудностях адаптации именно к благоприятной ситуации. Традиционно считается, что к ним-то человек всегда готов и они не потребуют особого напряжения. Однако, вспомнив урок известной сказки об испытании «медными трубами», можно понаблюдать за людьми, быстро достигшими социального и экономического успеха: они нередко платят за это существенными нарушениями психологического здоровья. Если же говорить об адаптации к трудным ситуациям, то необходимо уметь не только противостоять им, но и использовать их для самоизменения, для роста и развития. И ввиду особой важности этой способности рассмотрим ее подробно несколько позднее. Пока же сделаем вывод, что основная функция психологического здоровья – это поддержание активного динамического баланса между человеком и окружающей средой в ситуациях, требующих мобилизации ресурсов личности.

2. Критерии психологического здоровья (О. В. Хухлаева)

В качестве главных критериев психологического здоровья можно выделить следующие.

- Позитивное самоощущение (позитивный основной эмоциональный фон настроения), позитивное восприятие окружающего мира.
- Высокий уровень развития рефлексии.
- Наличие стремления улучшать качество основных видов деятельности.
- Успешное прохождение возрастных кризисов.
- Адаптированность к социуму (если это ребенок – то к семье и школе), умение выполнять основные социальные и семейные роли.

Понятно, что представленный образ психологически здорового человека следует рассматривать как идеальный, как эталон. В большинстве своем дети имеют те или иные отклонения от него, и это нормально. Но нередко встречаются существенные нарушения психологического здоровья.

3. Уровни психологического здоровья

- **Высший уровень психологического здоровья (креативный):** люди с устойчивой адаптацией к среде, с наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций, активным творческим отношением к действительности, наличием созидательной позиции. Не нуждаются в психологической помощи.

- **Средний уровень (адаптивный):** люди в целом, адаптированные к социуму, однако имеющие несколько повышенную тревожность. Могут быть отнесены к группе риска, поскольку не имеют запаса прочности

психологического здоровья, могут быть включены в групповую работу профилактически-развивающей направленности.

– **Низший уровень (дезадаптивный/ ассимилятивно-аккомодативный):** можно отнести людей с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации. Ассимилятивный стиль поведения характеризуется прежде всего стремлением человека приспособиться к внешним обстоятельствам в ущерб своим желаниям и возможностям. Неконструктивность его проявляется в его ригидности, в попытках человека полностью соответствовать желаниям окружающих. Аккомодативный стиль поведения, наоборот, использует активно-наступательную позицию, стремится подчинить окружение своим потребностям. Неконструктивность такой позиции заключается в негибкости поведенческих стереотипов, преобладании экстернального локуса контроля, недостаточной критичности. Люди, отнесенные к данному уровню психологического здоровья, нуждаются в индивидуальной психологической помощи.

4. Показатели психологического здоровья

Психологическое здоровье можно описать как систему, включающую **аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.**

При этом **аксиологический компонент** содержательно представлен ценностями собственного «Я» человека и ценностями «Я» других людей. Ему соответствует как абсолютное принятие самого себя при достаточно полном знании себя, так и принятие других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т. п. Безусловной предпосылкой этого является личностная целостность, а также умение принять свое «темное начало» и вступить с ним в диалог. Кроме того, необходимыми качествами являются умение разглядеть в каждом из окружающих «светлое начало», даже если оно не сразу заметно, по возможности взаимодействовать именно с этим «светлым началом» и дать право на существование «темному началу» в другом индивидууме так же, как и в себе.

Инструментальный компонент предполагает владение человеком **рефлексией** как средством самопознания, способностью концентрировать свое сознание на себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими. Ему соответствует умение человека понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, возможность свободного и открытого проявления чувств без причинения вреда другим, осознание причин и последствий как своего поведения, так и поведения окружающих.

Потребностно-мотивационный компонент определяет наличие у человека потребности в саморазвитии. Это означает, что человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, выступающий двигателем его развития. Он полностью принимает ответственность за свое развитие и становится «автором собственной биографии» (В. И. Слободчиков).

Подводя итоги рассмотрению выделенных компонентов психологического здоровья – положительных самоотношения и отношения к

другим людям, личностной рефлексии и потребности в саморазвитии, – необходимо остановиться на их взаимосвязи или, точнее сказать, динамическом взаимодействии. Как известно, для развития позитивной, а не невротической рефлексии необходимо наличие у человека положительного самоотношения. В свою очередь саморазвитие человека способствует изменению самоотношения. А личностная рефлексия является механизмом саморазвития. Соответственно можно сделать вывод, что самоотношение, рефлексия и саморазвитие взаимообуславливают друг друга, находятся в постоянном взаимодействии.

5. Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие».

Здоровье – обобщенная характеристика человека, которая показывает не только отсутствие заболеваний, но и состояние благополучия человека – его тела, души, социальных условий его жизни; это состояние нормального функционирования его органов, психики; это трудоспособность, активность человека как члена коллектива и общества в целом.

Главными составляющими здоровья человека являются его духовное и физическое состояние. Социальная составляющая отражает социальные связи и межличностные контакты и является неотъемлемой частью духовного здоровья человека.

Духовное здоровье человека зависит от умения определить свое положение в окружающем мире, свое отношение к какому-либо определенному лицу, вещи, области знаний. Достигается духовное здоровье просвещением, умением жить в согласии с самим собой, с родными, друзьями и другими людьми; умением прогнозировать различные ситуации, которые оказывают влияние на жизнь, и планировать свое поведение с учетом личных желаний, возможностей и обязанностей.

Духовное и физическое здоровье должны постоянно находиться в гармоническом единстве, ибо это неотъемлемые части индивидуального здоровья человека. Физическое здоровье воздействует на духовную жизнь, и духовный контроль дает необходимую дисциплину для поддержания физического здоровья. Личное здоровье во многом зависит от человека и его поведения.

Состояние здоровья отдельного человека можно установить лишь на основании его субъективных ощущений, при этом они подвержены значительным колебаниям, поэтому трудно определить точно понятие «здоровье индивидуума». Учеными используется также понятие практически здорового человека. У практически здорового человека имеющиеся отклонения от нормы не сказываются существенно на самочувствии и работоспособности и не могут еще расцениваться как болезнь.

Индивидуальное здоровье обуславливает сохранение и развитие биологических, физиологических и психических функций человека, оптимальную трудоспособность и социальную активность при наибольшей продолжительности активной жизни.

6. Психологические ресурсы стрессоустойчивости

Стрессоустойчивость – системная динамическая характеристика, определяющая способность человека противостоять стрессорному воздействию

или совладать со многими стрессогенными ситуациями, активно преобразовывая их или приспосабливаясь к ним без ущерба для своего здоровья и качества выполняемой деятельности. Синонимичные понятия – эмоциональная устойчивость, психологическая устойчивость, стресс-резистентность. Индивидуальная устойчивость к стрессу обусловлена определенным симптомокомплексом личностных свойств, определяющих особенности индивидуальных способов преодоления стрессовых ситуаций на основе их субъективного образа.

Б. Г. Ананьев отмечает, что стресс-толерантность личности и выносливость по отношению к фрустраторам зависит от наличия поддержки, моральной помощи, соучастия, сочувствия других людей, солидарности группы. Распад социальных связей влечет за собой ломку интраиндивидуальной структуры личности, возникновение острых внутренних кризисов, дезорганизующих поведение. Социальная поддержка в группе, работающей в условиях стресса, не снижая уровня напряженности, может способствовать «переводу» его неблагоприятных проявлений в благоприятные, т. е. «переводу» дистресса в эустресс. Социальная поддержка может быть институциональной, исходящей от государственных структур, корпоративной, связанной с профессионально-трудовой структурой (административная, профсоюзная поддержка) и межличностной, исходящей от отдельных людей (семьи, друзей, знакомых). Разновидностью социальной поддержки является социально-психологическая поддержка: эмоциональная, информационная, инструментальная или функциональная. Социальная и социально-психологическая поддержка выступает в качестве некоторого буфера между стрессом и его негативными последствиями, смягчает патогенное действие стресса, оказывающее влияние на здоровье. Социальная поддержка является внешним ресурсом и представляет собой весьма специфическую переменную, зависящую от готовности личности обратиться за помощью. Способность обратиться за внешней поддержкой и принять ее представляет собой внутренний ресурс личности, который во многом зависит от социально-психологической активности личности формирование вокруг себя персональной «сети поддержки» и готовности обратиться к ней в трудные периоды жизни. Итак, социальная поддержка является важным ресурсом сохранения психологической устойчивости личности в стрессовых ситуациях. Многие авторы отмечают, что положительное социальное окружение (семья, друзья, коллеги) является одним из важнейших факторов сохранения стрессоустойчивости личности. В связи с этим социальное окружение может рассматриваться также в качестве социально-психологического ресурса преодоления стресса.

К наиболее изученным в настоящее время личностным ресурсам преодоления стресса относятся следующие:

- активная мотивация преодоления, отношение к стрессам как возможности приобретения личного опыта и возможности личностного роста;
- сила «Я-концепции», самоуважение, самооценка, собственная значимость, самодостаточность;

- активная жизненная установка – чем активнее отношение к жизни, тем больше психологическая устойчивость в стрессовых ситуациях;
- позитивность и рациональность мышления;
- эмоционально–волевые качества;
- физические ресурсы (состояние здоровья и отношение к нему как к ценности).

Тема 2 Личность и психологическое здоровье

Вопросы для обсуждения:

- 1 Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г. С. Никифоров, И. В. Журавлева).
- 2 Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью.
- 3 Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью.
- 4 Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения.

Основные понятия и термины: отношения к здоровью, когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью, жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения.

Информационный материал

1. Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г. С. Никифоров, И. В. Журавлева)

Здоровье является одной из основных ценностей в системе жизненных ценностей человека. Оно определяет качество и полноценность жизни, способность осуществлять активности, наслаждаться жизнью, достигать своих целей и счастливо существовать. Понимание и отношение к здоровью в российской науке исследовались такими учеными, как Г. С. Никифоров и И. В. Журавлева.

Г. С. Никифоров разработал концепцию отношения к здоровью, основанную на психологическом и социологическом подходах. Согласно этой концепции, отношение к здоровью формируется под влиянием различных факторов, включая личные убеждения, воспитание, образование, культуру и социальную среду. Он подчеркивает, что активное, позитивное и ответственное отношение к здоровью является важным условием его сохранения и

укрепления. Развитие полноценных отношений к здоровью помогает решить задачи физического, психологического и социального благополучия.

И. В. Журавлева, в свою очередь, исследовала отношение к здоровью в контексте сознательной деятельности личности. Она выделяет такие компоненты отношения к здоровью как здоровье как ценность, осознание необходимости его сохранения и укрепления, принятие ответственности за свое здоровье и приверженность здоровому образу жизни. Журавлева также утверждает, что ценность здоровья и отношение к нему формируются под влиянием социокультурных факторов и индивидуальных особенностей личности.

Оба ученых подчеркивают важность развития положительного отношения к здоровью и здоровому образу жизни для достижения оптимального психофизического состояния и полноценного развития личности. Они отмечают, что формирование здоровья в системе жизненных ценностей должно происходить на различных уровнях - семейном, общественном, образовательном и государственном, включая программы и мероприятия по здоровому образу жизни, популяризацию здоровья и создание благоприятной среды для его поддержания.

2. Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью.

В основе концепции «психологии отношений личности» В.Н. Мясищева, в частности, его научное обобщение о динамическом единстве процессов внешней и внутренней деятельности, отражающее отношения человека к внешней среде лежит корковый условно-рефлекторный механизм при ведущей роли второй сигнальной системы, благодаря которой человек обобщает вновь приобретаемый опыт и создаёт основу сознательного отношения к себе и к окружающему. Концепция «психологии отношений личности» – это, по существу, ключ к правильному пониманию процесса формирования высшей нервной деятельности человека.

Эта концепция позволяет рассматривать личностные деформации (неадекватные личностные реакции) и психогенные психические и соматические нарушения в трёх основных планах: биопсихологическом, нейрофизиологическом и социально-психологическом, отражающих физиологический, функционально-психологический и социально – психологический пласты личности.

Психогенные психические нарушения, по В.Н. Мясищеву, характеризуются тем, что под воздействием психотравмирующих обстоятельств нарушаются прежде всего отношения личности в единстве их эмоционально-волевого и интеллектуально значимого содержания.

Большое значение для психокоррекционной и психотерапевтической практики имеют мысли В.Н. Мясищева о непреходящей ценности труда, особенно совместного (коллективной деятельности), причём труда, основанного на интересе, высоконравственных межличностных отношениях и окрашенного положительным личностным отношением. Особое значение учёный придавал творческому труду.

3 Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью.

Отношение к здоровью определяется через изучение и описание когнитивного, эмоционального, поведенческого и ценностно-мотивационного компонентов.

Когнитивный компонент характеризует знания человека о своем здоровье, понимание роли здоровья в жизнедеятельности, знание основных факторов, оказывающих как повреждающее, так и укрепляющее влияние на здоровье человека и т.п. Основными показателями отношения к здоровью на когнитивном уровне являются представления человека о здоровье и его основных критериях, а также знания об основных принципах здорового образа жизни.

Эмоциональный (чувственный, аффективный) компонент отношения отражает особенности переживаний и чувства субъекта к своему здоровью или его изменению. Эмоциональная природа отношения к здоровью раскрывает субъективную и личностно значимую связь человека с окружающими предметами, явлениями, людьми (В.Н. Мясичев, 1995). Место и взаимосвязь данного компонента с другими в структуре отношения к здоровью на сегодняшний день изучены недостаточно. Проблема состоит в том, что влияние переживаний человека по поводу своего здоровья может быть как конструктивным, так и деструктивным, может, как гармонизировать структуру отношения, так и обострять противоречия внутри него.

Поведенческий компонент отношения можно понимать как актуализацию деятельности человека по сохранению здоровья. Основным эмпирическим показателем отношения человека к своему здоровью на поведенческом уровне является наличие деятельности по заботе о своем здоровье, которая, в свою очередь, характеризуется набором следующих показателей: формы заботы о здоровье – их количество, частота, периодичность; наличие соответствующих навыков и умений; характер и частота обращаемости за медицинской помощью (лечебной и профилактической); поведенческие стратегии в ситуации болезни.

Ценностно-мотивационный компонент раскрывает внутренний механизм регуляции поведения человека, основанный на высокой субъективной значимости здоровья и его осознании в качестве предпосылки реализации своих жизненных задач, а также активно-позитивном стремлении к его сохранению и укреплению. Ценностно-мотивационный компонент играет роль связующего звена между когнитивным и поведенческим компонентами отношения к здоровью; благодаря ему усвоенное содержание понятий здоровья и здорового образа жизни реализуется в поведении.

4. Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения

Жизнестойкость - способность справляться с трудностями и стрессовыми ситуациями. Личности с высокой жизнестойкостью имеют уверенность в своих способностях и умеют находить ресурсы для преодоления проблем.

Психологическая устойчивость - способность сохранять эмоциональную негативность при столкновении с трудными ситуациями. Личности с высокой психологической устойчивостью могут управлять своими эмоциями и быстро восстанавливаться после стресса.

Чувство связности - ощущение себя включенным в общество и ощущение своей значимости. Личности, имеющие высокую чувство связности, часто имеют более положительное психологическое здоровье.

Стиль каузальной атрибуции – способ интерпретации причинно-следственных связей в жизни. Оптимистический стиль каузальной атрибуции, основанный на личной ответственности и внутреннем контроле, может способствовать психологическому благополучию, тогда как пессимистический стиль, основанный на внешних факторах, может быть связан со стрессом и негативными эмоциями.

Стратегии преодоления стресса – способы справляться с трудными ситуациями. Личности, имеющие эффективные стратегии преодоления стресса, могут более успешно справляться с негативными факторами и поддерживать свое психологическое здоровье.

Защитные механизмы – неосознаваемые психологические стратегии, которые помогают уменьшить тревогу и стресс. Некоторые защитные механизмы могут быть полезны, но их использование может быть неблагоприятным для психологического здоровья.

Личностные черты – определенные характеристики личности такие, как эмоциональная стабильность, экстраверсия, сознательность, способствуют поддержанию благополучия и психологического здоровья.

Мотивационная сфера – внутренние мотивы и ценности также имеют влияние на психологическое здоровье. Высокая самоэффективность и четкие личные цели могут способствовать благополучию и психологическому здоровью.

Представления о мире включают уровень оптимизма или пессимизма, с которым личность воспринимает мир, может влиять на ее психологическое благополучие.

Межличностные взаимоотношения – качество и поддержка отношений с другими людьми также оказывает значительное влияние на психологическое здоровье. Поддержка со стороны близких людей может быть жизненно важной для развития позитивного психического состояния.

Личностные факторы взаимодействуют между собой и с внешней средой, поэтому уделение внимания различным аспектам психологического здоровья важно для создания благоприятного и поддерживающего окружения для индивида.

Тема 3 Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста

Вопросы для обсуждения

1. Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.).
2. Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.
3. Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.
4. Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза.

Основные понятия и термины: эмоциональное состояние ребенка, социальное взаимодействие, когнитивное развитие, социальная поддержка, психологическое сопровождение, физическая активность, игровая деятельность, индивидуальный подход, регулярность и стабильность, сотрудничество с законными представителями воспитанников, поддержание эмоционального комфорта, индивидуальная рефлексия.

Информационный материал

1 Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.)

Психологическое здоровье в дошкольном возрасте является важным аспектом развития ребенка и его общего благополучия. Исследования, проведенные Е.А. Панько, Е.М. Семёновой, Е.П. Чесноковой и другими исследователями, помогают лучше понять и определить факторы, влияющие на психологическое состояние воспитанников этого возраста.

Одним из основных аспектов психологического здоровья в дошкольном возрасте является **эмоциональное состояние ребенка**. Исследователи обращают внимание на значимость позитивных эмоций и способности управлять своими эмоциями. Ребенок должен развивать навыки эмоциональной саморегуляции, что является важной составляющей психического благополучия.

Также важным фактором психологического здоровья в дошкольном возрасте является **социальное взаимодействие**. Дети в этом возрасте начинают формировать отношения с другими детьми и взрослыми. Исследования показывают, что хорошие социальные навыки способствуют психологическому благополучию ребенка и его умению адаптироваться к различным ситуациям.

Для нормального развития дошкольника, его психического здоровья чрезвычайно значимо удовлетворение таких важных психологических потребностей, как потребность в принадлежности к социальной группе, в принятии членами своей социальной группы, в общении. Депривация их негативно сказывается как на психическом, так и психологическом здоровье детей дошкольного возраста. Осознание важности данной взаимосвязи обуславливает необходимость в целях укрепления психологического здоровья

детей педагогам и педагогам-психологам дошкольных учреждений уделить особое внимание вопросам оптимизации межличностных взаимоотношений в детской группе.

Необходима система коррекционно-развивающей работы в области межличностного взаимодействия детей, оказание психолого-педагогической помощи детям, испытывающим дискомфорт во взаимоотношениях со сверстниками (имеющим трудности в общении, малообщительным, «непопулярным» в группе, с неразвитыми игровыми умениями, с искажениями в мотивационной сфере и др.), дошкольникам, чье поведение может негативно сказываться на психологическом климате в детской группе («антилидерам», «конфликтующим» и др.), а также пути и средства гармонизации взаимоотношений в разновозрастной группе детского сада.

Еще одной важной составляющей психологического здоровья является **когнитивное развитие**. Ребенок в этом возрасте активно участвует в познавательных процессах, развивает свое мышление и способности к самостоятельному решению задач. Когнитивное развитие имеет прямую связь с психологическим здоровьем ребенка, поскольку способность к адаптации, самостоятельности и уверенности в своих способностях играет важную роль в формировании психологического благополучия.

Исследования, проведенные вышеупомянутыми исследователями и другими учеными, подчеркивают важность создания благоприятных условий для развития психологического здоровья в дошкольном возрасте. Это включает в себя психологическую поддержку со стороны родителей и педагогических работников, создание безопасной и позитивной обучающей и игровой среды, а также оказание помощи в развитии эмоциональной саморегуляции, социальных навыков и когнитивных способностей.

2 Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста

Важным условием укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста является повышение его представления о собственном «Я». Когда речь идет о ребенке, его здоровье, то важным не забывать, что познание своих возможностей у него происходит впервые в процессе движений, и та яркая эмоциональность, которая свойственна ребенку на ранних стадиях развития, в значительной степени также питается моторной деятельностью. Эмоция радости, повышенного самочувствия и является субъективной стороной, сопровождающей напряжение жизненных процессов, вызываемое двигательной деятельностью. Создавая благоприятные условия для удовлетворения потребности детей в двигательной активности, педагогические работники и родители содействуют не только их физическому развитию, но и укреплению психического и психологического здоровья. Современными исследованиями доказано, что формирование двигательных умений и способностей у детей дошкольного возраста лежит в основе не только развития физических качеств, но и в основании развития психического, а также в основе высших достижений личности. Причины этого не всегда очевидны для педагогов и родителей. Между тем исследования показывают, что у детей

дошкольного возраста отставание в двигательном развитии часто ведет за собой и отставание в развитии психических функций. Существует немало убедительных фактов о зависимости уровня психического развития от двигательной активности детей в данном возрасте. Важно и то, что двигательная деятельность представляет собой благодатное «поле» для самоутверждения, признания возможностей детей раннего и дошкольного периода, что так значимо для их психологического здоровья. Для многих дошкольников таким «полем» становятся и «специфически детские» (А.В. Запорожец) виды деятельности (игра, рисование, музыкальная деятельность и др.). Внимание педагога к своевременному и полноценному их развитию весьма значимо для психологического здоровья детей.

Список условий для формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста в детском саду:

Безопасная и поддерживающая обстановка: обеспечение безопасной и доброжелательной среды, где дети чувствуют себя защищенными и уважаемыми, создание условий для свободного самовыражения и экспериментирования.

Социальная поддержка и межличностное взаимодействие: содействие развитию социальных навыков, способствующих установлению позитивных социальных связей, организация коллективных и индивидуальных занятий, которые способствуют взаимодействию и сотрудничеству между детьми.

Психологическое сопровождение: наличие психологической поддержки и консультирования для детей и их родителей, регулярные беседы с психологом, которые помогают ребенку выражать и понимать свои эмоции, разрешать конфликты и развивать навыки саморегуляции.

Полноценное питание и физическая активность: обеспечение рационального питания и регулярной физической активности, что способствует физическому и психическому развитию детей.

Игровая деятельность: создание возможностей для разнообразной игровой деятельности, которая способствует развитию воображения, креативности, коммуникационных и когнитивных навыков.

Индивидуальный подход: Учет индивидуальных особенностей каждого ребенка при планировании и проведении занятий. Установление индивидуальных целей и задач для развития психологического здоровья.

Регулярность и стабильность: Создание четкого расписания и последовательности режима дня, что способствует ощущению стабильности и предсказуемости. Постепенное введение новых задач и возможностей для развития.

Сотрудничество с законными представителями воспитанников: Взаимодействие и партнерство с родителями детей для совместной работы над формированием психологического благополучия. Обеспечение информированности о деятельности и прогрессе ребенка.

Поддержание эмоционального комфорта: Создание и поддержка эмоционально благоприятной обстановки, где дети могут выражать свои чувства и эмоции, развивать эмоциональный интеллект и навыки саморегуляции.

Индивидуальная рефлексия: Предоставление возможностей для саморефлексии и самооценки детей, развитие их умения осознавать и анализировать свои поступки и эмоции.

3 Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста

Список психолого-педагогических условий, способствующих становлению психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста в семье и детском саду:

Любовь и эмоциональная поддержка: Создание благоприятной и безопасной семейной и детской среды, где дети ощущают любовь и эмоциональную поддержку со стороны родителей и педагогов. Регулярное выражение положительных эмоций и поддержка эмоциональных потребностей ребенка.

Коммуникация и эмоциональное взаимодействие: Взаимодействие с родителями и педагогами, основанное на активном слушании, выражении понимания и поддержке. Участие в совместных играх, разговорах и других активностях, укрепляющих взаимное доверие, уважение и эмоциональную связь.

Стимуляция интеллектуального развития: Предоставление возможностей для развития познавательных навыков и творческого мышления. Организация игровых и обучающих активностей, которые способствуют развитию памяти, внимания, мышления и речи.

Формирование адаптивных поведенческих стратегий: Помощь в развитии у ребенка навыков самостоятельности, регуляции своего поведения и эмоций, а также адекватного решения проблем и конфликтов.

Баланс между игрой и обучением: Обеспечение разнообразных игровых и обучающих активностей, с учетом возрастных особенностей ребенка. Формирование интереса к учению и постепенное введение обучающих элементов в игровую деятельность.

Физическое развитие и активность: Организация режимных занятий физической активности, создание условий для разнообразных двигательных игр и упражнений. Поддержка ребенка в занятиях спортом и физической активности вне детского сада.

Самооценка: Поддержка их развития положительной самооценки, уверенности и самостоятельности. Поощрение достижений и поддержка ребенка в преодолении трудностей.

Социальное взаимодействие: Обучение навыкам социального взаимодействия и сотрудничества с другими детьми и взрослыми. Организация детских коллективов и ситуаций, способствующих развитию коммуникативных навыков.

Баланс между отдыхом и активностью: Предоставление времени для отдыха, игры и релаксации. Создание условий для сна и отдыха дома и в детском саду.

Систематический мониторинг и оценка психологического состояния: Регулярные беседы с ребенком и его родителями о его эмоциональном состоянии и общем благополучии. Вовлечение педагогических работников, педагогов-

психологов и других специалистов для оценки и поддержки психологического состояния детей.

Комбинирование этих условий в семье и детском саду поможет развивать психическое здоровье и психологическое благополучие воспитанников дошкольного возраста.

4 Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза.

Полноценное психическое развитие является важным аспектом и условием становления психологического здоровья и включает в себя различные этапы онтогенеза - от раннего детства до зрелости. На каждом этапе развития человека происходят основные изменения в психике, что влияет на его способности, поведение и социализацию.

В раннем детстве основным заданием психического развития является формирование базовых психологических функций: ощущений, восприятия, движения, памяти и внимания. В этом возрасте особенно важны ранние стимуляции со стороны родителей и окружающей среды, что способствует формированию и развитию психических процессов.

В дошкольном возрасте дети активно развивают свой интеллект, языковые навыки, познают окружающий мир и общаются с другими детьми. В этом возрасте особую роль играет социализация и взаимодействие совсем различных образовательных учреждений, где дети получают образование и общаются с педагогами и сверстниками.

В школьном возрасте расширяется кругозор, формируются навыки самостоятельности, аналитического мышления, критического и логического мышления. От педагогов и родителей теперь требуется обучение детей не только академическим знаниям, но и формирование навыков саморазвития и саморегуляции.

В период подросткового развития происходят интенсивные изменения в физическом, эмоциональном и социальном аспектах. Это время поиска своего места в обществе, формирования личностных ценностей и самоидентификации. Важно создавать условия для формирования положительной самооценки, развития социальных навыков и осознания своего места в обществе.

В зрелости психическое развитие связано с возрастными изменениями, опытом и личностной стабильностью. Взрослые формируют свою профессиональную и личностную идентичность, осознают свои личностные потребности и находят баланс между работой, отношениями и самореализацией.

Все эти этапы онтогенеза влияют на полноценное психическое развитие личности человека, поэтому важно создавать благоприятные условия и обеспечивать поддержку на каждом этапе, обучая и оснащая инструментами, необходимыми для успешного движения вперед.

Тема 4 Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста

Вопросы для обсуждения:

1. Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.
2. Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).
3. Стили семейного воспитания. Эффективное родительство.
4. Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования.
5. Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.

Основные понятия и термины: типы привязанности: надежная привязанность, тревожно-амбивалентный стиль привязанности, избегающий стиль привязанности, дезорганизованный стиль привязанности; типы воспитания: авторитетный, авторитарный, либеральный, индифферентный.

Информационный материал

1. Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.

Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста: средовые (окружающая среда ребенка) и субъективные (его индивидуальные личностные особенности).

К средовым факторам можно отнести неблагоприятную обстановку в семье (ссоры родителей, отсутствие одного из них, злоупотребление спиртными напитками, неграмотность родителей в отношении воспитания детей) или неблагоприятный для ребёнка эпизод, связанный с учреждением дошкольного образования. В учреждении дошкольного образования травмирующей психику может стать, например, ситуация первой встречи с педагогическим работником, который поведёт себя некомпетентно, и это скажется на последующем взаимодействии ребенка со взрослыми. Кроме того, в детском саду нередко бывают случаи конфликтных отношений со сверстниками, и если воспитатель не видит этого или не вмешивается в ситуацию, то нарушается эмоциональный комфорт ребёнка, что в дальнейшем может негативно сказаться на формировании его личности.

К субъективным факторам относятся характер, темперамент, воля, адекватная самооценка. Учет индивидуальных особенностей ребенка при подготовке и проведении работы в группе создаст благоприятные условия для создания психологического комфорта в детском коллективе, заложит фундамент для формирования психологического здоровья каждого конкретного ребенка.

Психологическое здоровье ребёнка формируется при взаимодействии внутренних и внешних факторов. Спокойная, доброжелательная обстановка, создаваемая взрослыми, которые внимательно относятся к эмоциональным и

физическим потребностям ребенка, осуществляют за ним систематическое наблюдение, предоставляют ему больше самостоятельности и независимости, является основным условием для полноценного психического развития ребёнка.

Фактор, определяющий психологическое здоровье ребенка – взаимоотношение его со взрослым, которому многие из исследователей, изучающих данную проблему, придают чрезвычайно важную роль. Так, опирающиеся на антропологический подход к проблеме психологического здоровья детей, В. И. Слободчиков и А. В. Шувалов пишут: «Отношение взрослого как форма и способ сопричастности к жизненному миру ребёнка является существенным фактором детского психологического здоровья». В зарождении же, установлении духовной близости в системе «ребёнок-взрослый» (наличие которой тесно связано с психологическим здоровьем ребёнка) особо важная роль отводится воспитательному такту (понимание и принятие взрослым детской самобытности, учёт возрастных возможностей, субъектного опыта ребёнка) и личностной зрелости. Данные условия нормального развития детско-взрослой общности, духовной близости представляются значимыми для определения эффективного педагогического общения специалистов дошкольного образования.

Задачи психологической поддержки:

- Воспитание положительного отношения к себе и принятие других людей.
- Обучение рефлексивным навыкам (умение давать оценку своим чувствам, выявлять причины поведения, контролировать эмоции).
- Формирование потребности в саморазвитии (умение находить выход в непростых ситуациях, не сдаваться, если сразу не получается).

Эти задачи педагог может реализовать на групповых занятиях с детьми, в беседах, чтении художественной литературы, личном примере, а также в самостоятельных играх детей. Иногда педагоги недостаточно серьёзно относятся к сюжетно-ролевым играм детей. В игре ребенок учится осваивать различные роли. Это умение будет очень полезно ему уже при поступлении в школу, когда он будет знакомиться с новой для него ролью ученика. А во взрослой жизни ему придется включаться в новые роли: мужа, отца, представителя той или иной профессии, что не всегда удастся. Но, сталкиваясь в жизни с трудностями, взрослые не видят их истоков в собственном детстве, поэтому не уделяют внимания ролевому развитию детей: умению проигрывать различные роли по статусу и содержанию.

2. Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).

Привязанность ребенка определяется необходимостью в защите и безопасности. Привязанность ребенка обусловлена врожденными, генетическими механизмами и обеспечивает выживание и благополучие потомства.

Качество и тип привязанности зависит от условий воспитания и, главными образом, от отношений с матерью, т. е. определяется чувствительностью матери к потребностям ребенка и ее нежностью и заботой.

Просматривается фактическая связь между качеством привязанности в раннем возрасте и дальнейшими успехами человека в общении, семейной жизни, профессиональными достижениями, карьерой.

Именно поэтому опыт адекватных родительско-детских отношений первого года жизни является определяющим для психологического, социального и личностного развития ребенка на протяжении всей его дальнейшей жизни. Различного рода акцентуации и психические аномалии рассматриваются как результат разных типов негармоничных ранних отношений с родителями и связываются с определенным качеством отношений привязанности.

Эксперименты Боулби и его последователей позволили ему выявить и различные варианты привязанности, как в случае здорового развития, так и в случае травмы. Один из экспериментов заключался в наблюдение за поведением матери и ребенка в комнате, полной игрушек. В зависимости от того, как дети вели себя незнакомой экспериментальной ситуации, Боулби выделил четыре основных типа привязанности.

1. Надежная привязанность. В этом случае дети, первоначально будут рядом с матерью, но постепенно пойдут играть с игрушками, регулярно оглядываясь назад, чтобы увидеть, где мать, а затем продолжали играть и исследовать. Такую привязанность отличает стрессовое состояние, возникающее у ребёнка, когда взрослый его покидает, и радость от того, что он вернулся. Испугавшись, дети с надёжным стилем привязанности будут искать утешение как раз у взрослых. Эти дети знают, что их родители или опекуны способны обеспечить им комфорт и уверенность в случае необходимости.

2. Тревожно-амбивалентный стиль привязанности. Ребёнок с таким типом привязанности будет стандартно исследовать немного, часто настороженно относиться к чужим, даже если родитель присутствует. Когда мать уходит, ребёнок часто сильно огорчен. При этом, когда она вернется, ребёнок будет амбивалентен. Это дети, чьи матери говорят ребенку теплые слова, играют с ребенком, но не проявляют тесный контакт. Такие дети показали меньше исследовательского поведения, отсутствие эмпатии, избегания тесных эмоциональных связей. В зрелом возрасте они не доверяют другим людям и проявляют страх близости.

3. Избегающий стиль привязанности. Дети с избегающим стилем привязанности, как правило, стараются избегать родителей или опекунов. Такие дети не оказали бы предпочтения своему родителю перед совершенно незнакомым человеком, если бы им предложили такой выбор. Этот стиль привязанности обычно является результатом оскорбительного или нерадивого отношения опекунов. Дети, которых наказывают за то, что они полагаются на взрослого, впоследствии перестают обращаться к ним за помощью в будущем.

4. Дезорганизованный стиль привязанности. Дети с дезорганизованным стилем привязанности часто демонстрируют запутанное сочетание моделей поведения и могут казаться дезориентированными, ошеломленными, сконфуженными. Такие дети могут как избегать взрослых, так и противостоять им. Родители таких детей обычно проявляют непоследовательность и могут

служить как источником комфорта, так и источником страха, что приводит к выработке неорганизованного поведения.

5. В итоге дети, у которых в младенческом возрасте сформировалась надёжная привязанность, обладают более развитым чувством собственного достоинства и способны лучше обеспечивать себя по мере того, как они становятся старше. Эти дети также стремятся к большей независимости, лучше учатся в школе, успешнее выстраивают социальные отношения, меньше подвержены депрессии и тревогам.

3. Стили семейного воспитания. Эффективное родительство

Позиция родителя по отношению к своему ребенку основывается на реальной точной оценке особенностей своего ребенка, на умении увидеть, понять и уважать его индивидуальность. Родитель не должен концентрироваться только на том, чего он хочет в принципе добиться от своего ребенка; знание и учет его возможностей и склонностей – важнейшее условие успешности развития.

Гибкость родительской позиции рассматривается как готовность и способность изменения стиля общения, способов воздействия на ребенка по мере его взросления и в связи с различными изменениями условий жизни семьи. «Закостенелая», инфантилизирующая позиция ведет к барьерам общения, вспышкам непослушания, бунта и протеста в ответ на любые требования.

Прогностичность позиции выражается в ее ориентации на «зону ближайшего развития» ребенка и на задачи завтрашнего дня; это опережающая инициатива взрослого, направленная на изменение общего подхода к ребенку с учетом перспектив его развития.

Одним из основных психолого-педагогических понятий для выделения различных типов семейного воспитания является стиль родительского отношения, или стиль воспитания. Как социально-психологическое понятие, стиль обозначает совокупность способов и приемов общения по отношению к партнеру. Различают общий, характерный и конкретный стили общения. В качестве детерминант стиля общения выступают направленность личности как обобщенная, относительно устойчивая мотивационная тенденция; позиция, занятая по отношению к партнеру общения, и параметры ситуации общения. Родительский стиль – это обобщенные, характерные, ситуационно неспецифические способы общения данного родителя с данным ребенком, это образ действий по отношению к ребенку.

Для определения, анализа родительского отношения используются два критерия: степень эмоциональной близости, теплоты родителей к ребенку (любовь, принятие, тепло или эмоциональное отвержение, холодность) и степень контроля за его поведением (высокая – с большим количеством ограничений, запретов; низкая – с минимальными запретительными тенденциями).

Более точно охарактеризовать родительское отношение и соответствующее поведение позволяет учет сочетания крайних вариантов проявления этих факторов (критериев). Выделяются четыре типа воспитания:

- Авторитетный (теплые отношения, высокий уровень контроля).
- Авторитарный (холодные отношения, высокий уровень контроля).
- Либеральный (теплые отношения, низкий уровень контроля).
- Индифферентный (холодные отношения, низкий уровень контроля).

Наиболее активно проблема связи стилей воспитания, нарушений родительского отношения и отклонений в психическом развитии и даже здоровье детей исследуется с клинико-психологических позиций; определен ряд параметров воспитательного процесса (А.И. Захаров):

1. Интенсивность эмоционального контакта родителей по отношению к детям: гиперопека, опека, принятие, непринятие.
2. Параметр контроля: разрешительный, допускающий, ситуативный, ограничительный.
3. Последовательность – непоследовательность.
4. Аффективная устойчивость – неустойчивость.
5. Тревожность – нетревожность.

Различные сочетания этих параметров воспитания соотносятся с различными видами неврозов у детей. Например, ограничительство, аффективная неустойчивость со стороны родителей приводят к развитию у ребенка невроза страха. Сверхпринятие, «разрешительство», непоследовательность – к развитию истерического невроза. Выраженное ограничительство – к неврозу навязчивых состояний.

Родительство – явление динамическое, включающее в себя процесс становления и развития. Эффективное родительство как социально-психологический феномен имеет сложную структуру и отражает качество выполнения данной функции с точки зрения удовлетворения потребностей всех субъектов взаимодействия (родителей и детей), создания оптимальных условий для формирования их психологического здоровья. Становление эффективного родительства характеризуется также согласованием представлений мужчины и женщины относительно роли родителей, функций, распределений ответственности, обязанностей. Сначала это согласование происходит на теоретическом уровне, а с появлением ребёнка начинает реализовываться на практике. Развитая форма родительства характеризуется устойчивостью и стабильностью и реализуется в согласованности представлений супругов об эффективном родительстве.

А.С. Спиваковская (1986) на основе выделения отношений, составляющих родительскую любовь, таких, как симпатия-антипатия, уважение-пренебрежение, близость-дальность, описывает восемь типов родительской любви.

1. *Действенная любовь* (симпатия, уважение, близость). Для родителя характерно теплое эмоциональное отношение к ребенку, принимающее его личность, поведение, а также активное внимание к интересам ребенка, уважение его прав и признание обязанностей, оказание помощи при разумной требовательности, Формула воспитания: «Хочу, чтобы мой ребенок был счастлив, и буду помогать ему в этом».

2. *Отстраненная любовь* (симпатия, уважение, но большая дистанция с ребенком). Для родителя характерна высокая оценка ребенка, его внешнего облика, успехов, способностей. Мягкое общение с ребенком сочетается с недостаточным вниманием к его повседневным нуждам, а также с поверхностным знанием душевного мира. Внешнее любование ребенком сочетается с неумением помочь ему в его проблемах. Формула воспитания: «Смотрите, какой у меня

прекрасный ребенок, жаль, что у меня не так много времени для общения с ним».

3. *Действенная жалость* (симпатия, близость, но отсутствие уважения). Для родителя характерно признание действительных, а иногда и мнимых отклонений в умственном или физическом развитии ребенка. В результате родитель приходит к идее об исключительности своего ребенка: «Мой ребенок не такой, как все, он не так хорош». Родитель предоставляет ребенку особые привилегии, излишне опекает, тратит массу времени и усилий на предохранение от вредных влияний. Родитель внимателен к ребенку, его интересы сосредоточены на нем, но он не доверяет ребенку, не верит в его способности и возможности. Формула воспитания: «Хотя мой ребенок недостаточно умен и физически развит, но все равно это мой ребенок и я его люблю».

4. *Снисходительное отстранение* (симпатия, неуважение, большая межличностная дистанция). Для родителя характерно не вполне осознанное оправдание неблагоприятных черт поведения и личностных свойств ребенка, его беспомощности ссылками на его болезненность, на плохую наследственность и иные причины. Неблагополучие ребенка негласно признается его правом. Родитель не вмешивается в дела ребенка, в его контакты со сверстниками и другими людьми, он недостаточно ориентируется в душевном мире ребенка. Формула воспитания: «Нельзя винить моего ребенка в том, что он недостаточно умен и физически развит».

5. *Отвержение* (антипатия, неуважение, большая межличностная дистанция). Для родителя характерны попытки сократить общение с ребёнком. Он старается не замечать присутствия ребенка, становится холодно-неприступным при его приближении, совершенно отстраняется тогда, когда ребенок нуждается в поддержке и помощи. Формула воспитания: «Этот ребенок вызывает у меня неприятные чувства и нежелание иметь с ним дело».

6. *Презрение* (антипатия, неуважение, малая межличностная дистанция). Для родителя характерно игнорирование всего положительного, что есть в ребенке, его достижений. Родитель переживает свою связь с таким, как ему кажется, неудачным ребенком. Их общение наполнено понуканиями, назиданиями, одергиванием, требовательностью. Такой родитель постоянно обращается к различным специалистам с просьбой «исправить» его ребенка. Формула воспитания: страдаю, мучаюсь от того, что мой ребенок так неразвит, неумен, упрям, труслив и неприятен другим людям».

7. *Преследование* (антипатия, близость). Характерно присутствие твёрдой убежденности родителя в том, что его ребенок – законченный мерзавец и негодяй. Во всех поведенческих проявлениях ребенка родитель постоянно видит его «злую волю». Родитель пытается строгостью и жестким контролем переломить ребенка, выступает инициатором привлечения общественности к его воспитанию, нередко склонен применять излишне строгие меры воздействия. Формула воспитания: «Мой ребенок негодяй, и я докажу это!».

8. *Отказ* (антипатия, уважение, большая межличностная дистанция). Характерно отстранение от проблем ребенка, но родитель как бы издали следит за ним, при этом признает силу, ценность некоторых личностных качеств ребенка. При обострении отношений такой родитель охотно прибегает к помощи

общественности, стремится передоверить ребенка школе, другим воспитательным учреждениям, обращается к врачам. В поведении родителя просматривается неосознанный призыв к тому, чтобы его оградили от ребенка, от «этого чудовища». Формула воспитания: «Я не хочу иметь дела с этим негодяем».

В процессе развития ребенка под воздействием изменений социальной ситуации изменяется и отношение родителя к ребенку, приобретая при этом черты того или иного типа родительской любви или их сочетания.

Качество выполнения родительских функций существенно опосредует психологическое здоровье личности ребёнка и взрослого. В жизни каждого человека родители играют большую и ответственную роль. Они дают ребенку новые образцы поведения, с их помощью он познает окружающий мир, им он подражает во всех своих действиях. Эта тенденция все более усиливается благодаря позитивным эмоциональным связям ребенка с родителями и его стремлением быть похожим на мать и отца. Подготовка молодёжи в эффективному выполнению родительских функций не только позволит воспитывать детей в наиболее благоприятных условиях, способствующих их всестороннему и гармоничному развитию, формированию запаса психологического здоровья, устойчивости к разнообразным воздействиям неблагоприятных внешних и внутренних факторов, а также выступит как предпосылка их собственного будущего эффективного родительства и повышению воспитательного потенциала семьи в обществе в целом.

4. Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования

Педагогические работники должны строить свою работу с учетом индивидуально-типологических особенностей каждого из своих воспитанников, идут при этом не против природы ребенка, а вслед за ней. Так, флегматики, как правило, предпочитают спокойные игры и занятия. В дидактических играх, конструировании, лепке, экспериментировании и других малоподвижных и вместе с тем интересных, привлекательных для них видах деятельности особенно заметными становятся такие значимые для успеха качества флегматиков, как уравновешенность, терпение, способность к относительно длительному сосредоточению, аккуратность и старательность. Учет этого важен в процессе оказания помощи в самоутверждении таких детей. Детям же меланхолического темперамента, для которых характерны особая чувствительность к эмоциональным воздействиям, способность к сопереживанию, обычно легче проявить себя, самоутвердиться в изобразительной деятельности, музыкальной деятельности (музыкальных играх, занятиях в небольших, по составу группах, с доброжелательными по характеру детьми, близкими по степени общительности). Важно при этом не только само участие дошкольников в таких видах деятельности, способности к ней, а и внимание к успехам детей со стороны взрослых и сверстников.

Успех в работе по укреплению психологического здоровья детей предполагает не только глубокое знание педагогом индивидуальных особенностей детей, их увлечений, интересов, знаний, способностей, одаренности, но и умений использовать эти знания в процессе осуществления индивидуально-

дифференцированного подхода к каждому ребенку в образовательном процессе. Исследования свидетельствуют о немаловажной роли в сохранении и укреплении психологического здоровья дошкольника детского творчества. Оно многогранно в этот период. Целесообразно проявлять заботу о развитии двигательного творчества дошкольника: стимулировать его «аппетит» к самостоятельной творческой двигательной активности, содействовать расширению его двигательного «креативного поля», развивать способности и желание творчески использовать приобретенный багаж в новой среде, повседневной жизнедеятельности.

Существует несколько подходов к укреплению психологического здоровья детей дошкольного возраста:

Создание благоприятной обстановки: важно создавать дома и в детском саду благоприятную атмосферу для ребенка, где он чувствует себя безопасно и уверенно. Необходимо обеспечивать детей полноценным питанием, здоровым сном и возможностью заниматься интересными делами.

Развитие самосознания и самооценки: важно учить детей понимать и выражать свои эмоции и чувства, а также укреплять их уверенность в своих силах. Это можно осуществлять через игры, творческие занятия и разговоры с детьми.

Формирование социальных навыков: важно научить детей общению со сверстниками и взрослыми, уважению к другим людям и культурным различиям. Для этого необходимо проводить коллективные мероприятия, способствующие развитию социальных навыков.

Укрепление физического здоровья: для того, чтобы дети были психологически здоровыми, важно также укреплять их физическое здоровье. Для этого можно проводить занятия физической культуры и спорта, где дети смогут проявить свою активность и улучшить свои физические возможности.

Все эти методы могут быть эффективными для укрепления психологического здоровья детей дошкольного возраста, но важно выбирать индивидуальный подход к каждому ребенку и учитывать его индивидуальные потребности и особенности.

5. Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.

Формирование психологической культуры личности играет значительную роль в поддержании и укреплении психологического здоровья. Психологическая культура включает в себя набор знаний, навыков и умений, которые помогают человеку развивать психическое благополучие, эмоциональную стабильность и качество жизни.

Вот некоторые аспекты, которые составляют психологическую культуру личности:

Понимание и осознание своих эмоций и чувств. Эмоциональная грамотность позволяет разбираться в собственных эмоциональных состояниях, управлять ими и находить конструктивные способы их выражения. Это помогает уменьшить стресс, а также поддерживает эмоциональное равновесие.

Умение регулировать стресс. Навыки управления стрессом позволяют эффективно справляться с неблагоприятными ситуациями, уменьшать их

влияние на психическое состояние и находить способы релаксации и восстановления.

Умение устанавливать и поддерживать здоровые отношения. Это включает умение устанавливать границы, проявлять эмпатию и уважение к себе и другим, а также развитие коммуникативных навыков, которые способствуют конструктивному взаимодействию с окружающими людьми.

Критическое мышление и самоанализ. Умение анализировать свои мысли и убеждения, а также относиться к ним критически, помогает личности избегать когнитивных искажений, принимать обоснованные решения и стремиться к росту и саморазвитию.

Самоуважение и самопринятие. Это включает уважение к себе, признание своих достоинств и принятие собственных недостатков. Самоуважение и самопринятие помогают развить позитивное отношение к себе, стимулируют саморазвитие и укрепляют психологическое здоровье.

Формирование психологической культуры личности требует осознания и работы над своими психологическими процессами и состояниями. Это может включать участие в психологических тренингах, самообразование, посещение психологических консультаций, чтение литературы по психологии и работу над самосознанием. Использование этих знаний и навыков позволяет поддерживать и укреплять психологическое здоровье и создавать условия для эффективного функционирования в обществе.

Тема 5 Факторы риска нарушения психологического здоровья

Вопросы для обсуждения:

- 1 Объективные факторы нарушения психологического здоровья, или факторы среды. Факторы семейного воспитания.
- 2 Субъективные факторы нарушения психологического здоровья, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.
- 3 Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.
- 4 Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу:
- 5 Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом возрасте.
- 6 Факторы риска нарушения психологического здоровья в раннем возрасте.
- 7 Факторы риска нарушения психологического здоровья в дошкольном возрасте.

Основные понятия и термины: низкая самооценка, недостаток самоуважения, перфекционизм, социальная изоляция, невротизм, эмоциональная неустойчивость, дефицит общения, переизбыток общения, непрерывное возбуждение, формальное общение.

Информационный материал

1. Объективные факторы нарушения психологического здоровья, или факторы среды. Факторы семейного воспитания.

Объективные факторы нарушения психологического здоровья, или факторы среды, могут включать:

Социальное и экономическое неравенство – неблагоприятные условия жизни, низкий уровень дохода или образования могут повлиять на психическое благополучие.

Травматический опыт – физическое или эмоциональное насилие, сексуальные или психологические травмы, потеря близких могут вызывать серьезные психологические проблемы.

Жизненные стрессы – например, переезд, развод, увольнение, потеря работы, острое заболевание или хроническое заболевание могут вызвать депрессию, тревогу и другие психологические проблемы.

Неблагоприятные факторы в образовательной или рабочей среде – например, моббинг, высокие требования и низкая поддержка могут негативно сказываться на психическом состоянии.

Негативные воздействия среды обитания – например, загрязнение окружающей среды, шумное или особо напряженное место проживания может влиять на психическое состояние.

Факторы семейного воспитания являются одними из важнейших субъективных факторов нарушения психического здоровья и зависят от индивидуальных характеристик родителей и их взаимодействия с детьми. Некоторые из них включают:

Семейная нестабильность – развод, конфликты и насилие в семье могут негативно влиять на психологическое здоровье детей.

Негативный стиль воспитания – чрезмерный контроль, критика, недостаток эмоциональной поддержки могут привести к различным психологическим проблемам.

Потеря или отсутствие привязанности – недостаток эмоциональной связи с родителями, нарушение привязанности в раннем детстве может иметь отрицательные последствия для психического здоровья. Неконструктивные или негативные образцы поведения в семье могут повлиять на развитие психических проблем у детей.

Недостаток коммуникации – недостаточное общение в семье, низкий уровень эмоциональной поддержки и понимания могут влиять на психологическое благополучие.

Степень влияния этих объективных и субъективных факторов может различаться в зависимости от индивидуальных особенностей людей и их способности адаптироваться к неблагоприятным условиям.

2. Субъективные факторы нарушения психологического здоровья, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.

Нарушение психологического здоровья может быть обусловлено различными индивидуально-личностными особенностями каждого человека.

Субъективные факторы, которые могут способствовать нарушению психологического здоровья:

- Низкая самооценка и недостаток самоуважения. Люди с низкой самооценкой и недостатком самоуважения могут испытывать чрезмерную критичность к себе, неуверенность в своих способностях и постоянную потребность во внешнем подтверждении. Это может привести к тревожности, депрессии и другим психологическим проблемам.
- Высокий уровень перфекционизма. Люди, склонные к перфекционизму, ставят перед собой нереальные стандарты и требуют себя идеального выполнения во всех сферах жизни. Это может вызывать чрезмерное беспокойство, тревогу и стресс, а также приводить к чувству неудовлетворенности и недовольства собой.
- Негативное мышление и склонность к упрощению. Если человек склонен думать негативно и упрощать сложные ситуации, это может вызвать чувство беспокойства, страха и депрессии. Негативное мышление может стать преградой для психологического благополучия и замедлить процесс решения проблем.
- Социальная изоляция и низкая поддержка. Отсутствие поддержки со стороны близких людей, ощущение одиночества и социальной изоляции может иметь негативные последствия для психологического здоровья. Чувство отчужденности и неудовлетворенности отношениями может привести к депрессии, тревоге и низкой самооценке.
- Невротизм и эмоциональная неустойчивость. Люди с высоким уровнем невротизма и эмоциональной неустойчивостью могут быть более подвержены стрессу, тревожности и депрессии. Их эмоциональная реакция на трудности и неприятности может быть более интенсивной и продолжительной, что отрицательно влияет на психическое здоровье.

Все эти факторы могут оказывать негативное влияние на психологическое здоровье и могут потребовать вмешательства психолога или других специалистов для помощи и коррекции.

3. Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.

Генетическая предрасположенность и наследственность. Некоторые психические расстройства могут иметь генетическую предрасположенность. Если у человека есть родственники с психическими заболеваниями, это может увеличить риск развития таких состояний.

Нервная система и физиологические особенности. Физиологические особенности, такие как активность нервной системы, баланс химических веществ мозга и реакции на стресс, могут влиять на степень уязвимости к психологическим проблемам. Например, люди с повышенной чувствительностью к стрессу могут быть подвержены тревоге и депрессии.

Личностные черты и стиль мышления. Личностные черты, такие как эмоциональная устойчивость, оптимизм или пессимизм, степень самоконтроля, чувство собственной ценности и самооффективности, могут влиять на психологическое здоровье человека. Например, люди с высокой тревожностью

или склонностью к негативному мышлению могут быть более подвержены тревоге и депрессии.

Прошлые травмы и жизненный опыт. Опыт травмы в прошлом или сложные жизненные события, такие как потеря близкого человека, развод или насилие, могут оказать длительное воздействие на психологическое состояние человека и способствовать развитию психических проблем.

Интеллектуальные и когнитивные способности. Низкий уровень интеллекта или когнитивные недостатки могут создавать преграды при решении проблем и адаптации к трудностям. Это может увеличить уровень стресса и негативных эмоций.

Важно отметить, что индивидуальные особенности не являются единственными причинами нарушения психологического здоровья. Внешние факторы, такие как социальная среда, культурные влияния и события, также играют важную роль. Комплексный подход, включающий как внутренние, так и внешние факторы, обычно необходим для полного понимания причин и лечения психологических проблем.

4 Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу

Пониженная устойчивость к стрессу обусловлена следующими характеристиками:

- высокая реактивность,
- низкая адаптивная способность,
- неритмичность,
- тенденция к избеганию,
- преобладание плохого настроения,
- боязнь новых ситуаций,
- чрезмерное упрямство,
- чрезмерная отвлекаемость,
- повышенная или пониженная активность.

Высокая чувствительность - люди с высокой чувствительностью обладают большей эмоциональной реактивностью на события и впечатления. Они более уязвимы к стрессу, поскольку их нервная система более чувствительна к внешним и внутренним стимулам.

Низкая тревожность – люди с низким уровнем естественной тревожности могут испытывать трудности в регуляции и адаптации к стрессовым ситуациям. Их способность к предвидению и приспособлению к потенциально стрессовым событиям может быть ослаблена.

Пессимизм и ориентация на проблемы – люди, склонные к негативной оценке событий и с концентрацией на проблемах, могут иметь тенденцию к сохранению стресса и поддержанию негативных эмоций в длительных периодах времени.

Низкая уверенность и самоофективность – люди с низкой оценкой своих способностей и уверенностью в себе могут проявлять больше стрессовых реакций. Они могут ощущать больше беспокойства и неуверенности в своей

способности эффективно справляться с требованиями и вызовами стрессовых ситуаций.

Сложный темперамент – люди с интенсивными эмоциональными реакциями, негативными настроениями или слабым контролем импульсов могут испытывать большие трудности в управлении стрессом и снижении его негативных последствий.

Нехватка ресурсов - низкая поддержка социального окружения, отсутствие эффективных стратегий совладания и недостаточный навык саморегуляции могут усиливать негативные эффекты стресса и снижать устойчивость к нему.

Понимание этих психологических характеристик можете помочь в оценке уровня устойчивости к стрессу у людей и разработке индивидуальных стратегий для эффективной работы с ним.

5. Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом возрасте

Если следствием развития ребенка в младенчестве является закрепление у него чувства небезопасности, страха окружающего мира, то при наличии активной позиции в поведении ребенка отчетливо проявится защитная агрессивность. Основная функция агрессии в этом случае – защита от внешнего мира, который представляется ребенку небезопасным. Поэтому у таких детей в той или иной форме присутствует страх смерти, который они, как правило, отрицают. Если же у детей преобладают пассивные формы реагирования на внутренний конфликт, то в качестве защиты от чувства небезопасности и возникающей при этом тревоги ребенок демонстрирует различные страхи, внешне проявляющиеся как страх темноты, боязнь остаться одному дома и т.п.

Объективные факторы нарушения психологического здоровья у детей младенческого возраста:

- дефицит общения;
- переизбыток общения, приводящий к перевозбуждению и сверхстимуляции ребенка;
- непрерывное возбуждение, избирательно направленное на одну из функциональных сфер: питание или опорожнение кишечника;
- чередование сверхстимуляции с пустотой отношений;
- формальное общение, лишенное эротизированных проявлений, необходимых для нормального развития ребенка.

6. Факторы риска нарушения психологического здоровья в раннем возрасте

1. Неблагоприятные типы взаимодействия матери с ребенком:

- слишком резкое и быстрое отделение, которое может быть следствием выхода матери на работу, помещения ребенка в ясли, рождения второго ребенка и т. п.;
- чрезмерная опека над ребенком, которую нередко проявляет тревожная мать.
- взаимодействие в семейной системе по типу «ребенок – кумир семьи»;

- отсутствие одного из родителей или же конфликтные отношения между ними;
- явление родительского; программирования, которое может влиять на ребенка неоднозначно;
- противоречия между требованиями педагогических работников учреждения дошкольного образования и возможностями ребенка.

Если у ребенка отсутствует автономность, способность к самостоятельным выборам, суждениям, оценкам, то в активном варианте у него проявляется *демонстративная агрессивность*, в пассивном – *социальные страхи* не соответствовать общепринятым нормам, образцам поведения. При этом для обоих вариантов характерно наличие проблемы проявления гнева, поскольку ее истоки также относятся к раннему возрасту.

Детей с социальными страхами легко выделить – они обычно робкие, аккуратные, угождают окружающим, стремятся услышать слова поощрения, а вот деструктивная агрессивность не всегда заметна, поскольку проявляется часто косвенно, в виде насмешек над окружающими, побуждения к агрессивным действиям других, воровства или внезапных вспышек ярости на фоне общего хорошего поведения. Основная функция агрессии в данном случае – стремление заявить о своих желаниях, потребностях, выйти из-под опеки социального окружения, основная форма – разрушение чего-либо

2. Факторы риска нарушения психологического здоровья в дошкольном возрасте.

Результатом нарушения развития ребенка в дошкольном возрасте является формирование у него чувства одиночества из-за невозможности по тем или иным причинам поддерживать близкие эмоциональные отношения со значимыми взрослыми. Тогда активно реагирующий ребенок прибегает к демонстративной агрессивности – привлечению внимания любыми доступными ему способами. В пассивном варианте у него формируется страх самовыражения. Ребенок замыкается в себе, отказывается говорить со взрослыми о своих проблемах. Как правило, через некоторое время становятся заметными телесные изменения: скованность движений, монотонность голоса, избегание контакта глаз. Ребенок как бы пребывает в защитной маске.

7. Факторы риска нарушения психологического здоровья в дошкольном возрасте

- взаимодействие в семейной системе по типу «ребенок – кумир семьи»;
- отсутствие одного из родителей или же конфликтные отношения между ними;
- явление родительского; программирования, которое может влиять на ребенка неоднозначно;
- противоречия между требованиями педагогических работников учреждения дошкольного образования и возможностями ребенка.

Генетическая предрасположенность и наследственность: Некоторые дети могут иметь генетическую предрасположенность к психическим расстройствам, которая может повлиять на их психологическое здоровье.

Травматические события: Неблагоприятные события, такие как развод родителей, смерть близких людей, насилие или домашнее насилие, могут оказать негативное влияние на психологическое состояние ребенка.

Стрессы и перегрузки: Избыточная нагрузка, требования и ожидания со стороны родителей или общества могут вызывать стресс у детей, что может привести к нарушению их психологического здоровья.

Недостаток социальной поддержки: Отсутствие поддержки социальной среды, включая родителей, друзей, учителей, может оказать неблагоприятное влияние на психическое благополучие ребенка.

Факторы семейного воспитания, которые могут влиять на психологическое здоровье детей:

Качество взаимоотношений родителей и детей: Негативные отношения, конфликты, недостаток эмоциональной поддержки между родителями и детьми могут оказывать негативное влияние на психологическое состояние детей.

Неверное воспитание: Жесткое и авторитарное воспитание, чрезмерная суровость или, наоборот, чрезмерная попустительство могут оказывать неблагоприятное влияние на развитие психологического здоровья детей.

Недостаток эмоциональной поддержки и внимания: Отсутствие положительного внимания, проявление пренебрежительного отношения, недоказанность родителей или недостаточное внимание к эмоциональным нуждам ребенка может влиять на его психологическое здоровье.

Негативная обстановка в семье: Насилие в семье, конфликты между родителями, злоупотребление алкоголем или наркотиками могут оказывать серьезное негативное влияние на психологическое состояние ребенка.

Отсутствие структуры и предсказуемости: Непостоянство, непредсказуемость и нерегулярность в семейной жизни могут создавать чувство неуверенности и тревоги у детей, что может воздействовать на их психическое состояние.

Важно отметить, что эти факторы взаимосвязаны и могут варьироваться в зависимости от каждой конкретной ситуации и ребенка.

Тема 6 Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников

Вопросы для обсуждения:

1. Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников
2. Развитие приемов общения. Эмпатия в общении.
3. Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков.
4. Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.
5. Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.

6. Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи.

7. Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.

Основные понятия и термины: эмпатия в общении, навыки активного слушания, эмоции в общении, рефлексивное и нерефлексивное слушание, культура речи, культура выражения чувств и самоподачи, барьеры в общении, педагогическая рефлексия.

Информационный материал

1. Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников

Во взаимодействии с законными представителями воспитанников средства общения играют важную роль, помогая поддерживать открытость, понимание и эффективное взаимодействие. Вот несколько примеров средств общения, которые могут быть использованы:

Личные встречи: Личные встречи являются наиболее прямым и непосредственным способом общения с родителями или законными представителями воспитанников. Они позволяют установить контакт, выразить свои мысли и чувства, обсудить вопросы и решить проблемы. Встречи могут проходить как в офисе, так и в домашней обстановке, для обеспечения комфорта и доверия.

Телефонные разговоры: Телефонные разговоры являются удобным средством связи, которое позволяет быстро и эффективно общаться с законными представителями воспитанников. Они могут использоваться для обсуждения оперативных вопросов, предоставления информации или решения проблем.

Электронная почта и сообщения: Электронная почта и сообщения через мессенджеры или социальные сети могут быть использованы для обмена информацией, отправки документов или уведомлений. Они позволяют экономить время и облегчают коммуникацию, особенно в случаях, когда родители заняты работой или находятся вдали.

Родительские собрания и встречи: Родительские собрания и встречи являются важным средством установления связей, обмена информацией и обсуждения вопросов, связанных с воспитанием и обучением. Они предоставляют возможность родителям встретиться с другими законными представителями воспитанников и обсудить общие вопросы.

Онлайн-платформы и порталы: Учреждения дошкольного образования используют онлайн-платформы и порталы для обмена информацией с законными представителями воспитанников. Это может включать доступ к расписанию занятий, результатам, материалам для самостоятельного обучения и контактной информации.

Каждое из этих средств общения имеет свои преимущества и может быть применено в зависимости от конкретной ситуации. Важно выбирать такое средство, которое будет наиболее удобным и эффективным для всех сторон

взаимодействия. Кроме того, важно учесть предпочтения и возможности законных представителей воспитанников, чтобы обеспечить максимальную доступность и вовлеченность в общение.

2. Развитие приемов общения. Эмпатия в общении

Развитие навыков общения является важным аспектом нашей жизни и может быть полезным для личной, профессиональной и социальной сферы. Приемы, которые могут быть использованы для улучшения общения:

Активное слушание: стремитесь активно слушать других, проявлять внимание и интерес к их высказываниям. Используйте невербальные сигналы, такие как улыбки, жесты головой, чтобы показать, что вы вовлечены в общение.

Поставьте вопросы: Задавайте вопросы, чтобы продемонстрировать свою заинтересованность и углубить понимание. Открытые вопросы, которые требуют более развернутых ответов, могут помочь создать более глубокую и продуктивную беседу.

Прием «подтверждения»: Подтверждайте и повторяйте ключевые идеи или чувства собеседника, чтобы показать, что вы слушаете и понимаете его. Это может быть особенно полезно при использовании техники рефлексивного слушания.

Невербальное общение: Обратите внимание на свою мимику, тон голоса и жесты. Убедитесь, что ваша невербальная коммуникация поддерживает ваше вербальное сообщение и передает искренность и поддержку.

Управление конфликтами: Научитесь эффективно управлять конфликтами. Разработайте навыки поиска согласия, выявления общих интересов и нахождения компромиссов, чтобы преодолеть разногласия и способствовать гармоничному общению.

Эмпатия является ключевым аспектом успешного общения. Она позволяет нам поставить себя на место других людей и понять их эмоции, чувства и мотивы. Способы, которые помогут вам проявить эмпатию в общении:

- **Слушайте с пониманием:** Практикуйте рефлексивное слушание и старайтесь по-настоящему услышать и понять то, что говорит другой человек. Стремитесь почувствовать его эмоциональное состояние и отражайте это в своих ответах.

- **Признавайте и уважайте чужие чувства:** признавайте право других людей на их собственные чувства и не оценивайте их. Уважайте их опыт и покажите, что вы готовы поддержать их эмоционально.

- **Учитывайте невербальные сигналы:** обратите внимание на невербальные сигналы, такие как мимика, жесты и интонация, чтобы понять эмоциональную подоплеку высказываний собеседника.

- **Используйте подтверждение и эмпатические выражения:** подтверждайте чувства и состояния других людей, используя такие фразы, как «Я понимаю, что ты чувствуешь» или «Мне жаль, что ты переживаешь это».

Эмпатия способствует развитию более глубоких и качественных отношений, создает атмосферу доверия и улучшает общение во всех сферах нашей жизни.

3. Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков

Умение устанавливать контакт с законными представителями воспитанников является ключевым для успешного взаимодействия. Вот несколько навыков, которые могут помочь в установлении контакта:

Доброжелательность и эмпатия: Проявляйте интерес и понимание к вопросам и проблемам законных представителей воспитанников. Слушайте с вниманием и покажите, что вы заботитесь о них.

Невербальные сигналы: Поддерживайте открытое и дружелюбное тело и лицо, чтобы показать свою заинтересованность. Используйте контакт глаз и улыбайтесь, чтобы создать доверительную атмосферу.

Задавайте открытые вопросы: Вопросы, требующие развернутого ответа, могут помочь установить более глубокий и продуктивный разговор. Избегайте закрытых вопросов, на которые можно ответить «да» или «нет».

Слушайте активно и показывайте свое понимание: выразите свое внимание через утверждения, подтверждение и повторение основных идей, высказанных законными представителями воспитанников. Это позволит им почувствовать, что их слова важны и слушаются.

Активное слушание – это навык, который позволяет полностью и эффективно воспринимать информацию от законных представителей воспитанников. Вот некоторые навыки активного слушания:

- Устанавливайте контакт глазами и выражайте заинтересованность: Придайте важность собеседнику, поддерживая контакт глазами и демонстрируя, что вы полностью присутствуете в разговоре.

- Используйте невербальные сигналы: Кивайте головой, улыбайтесь и покажите свое понимание с помощью жестов и мимики. Это подтверждает, что вы слушаете и интересуетесь тем, что говорят законные представители воспитанников.

- Подтверждайте и повторяйте информацию: Регулярно подводите итоги сказанному, повторяя ключевые моменты и идеи, высказанные законными представителями воспитанников. Это позволяет убедиться, что вы правильно поняли их сообщение.

- Не перебивайте и не отвлекайтесь: Позвольте законным представителям воспитанников завершить свои мысли, не перебивая их. Избегайте отвлечения во время разговора, чтобы продемонстрировать свое уважение и заинтересованность.

Развитие речевых навыков позволяет эффективно и ясно выражать свои мысли и идеи при взаимодействии с законными представителями воспитанников. Вот несколько способов развития речевых навыков:

- Практикуйте публичные выступления: Выступайте перед аудиторией, чтобы научиться контролировать свой голос, выражать мысли четко и

уверенно. Возможно, вам пригодятся курсы или тренинги по публичным выступлениям.

- Читайте громко и записывайте себя: Чтение вслух помогает улучшить произношение и интонацию. Записывайте себя и прослушивайте, чтобы выявить слабые стороны и работать над ними.

- Общайтесь с другими: Активное участие в разговоре и общение с другими людьми помогут развить навыки выразительной речи. Участвуйте в дискуссиях, дебатах и групповых проектах.

- Практикуйте письменную коммуникацию: Письменное общение также является важным аспектом развития речевых навыков. Пишите эссе, статьи, письма или заметки, чтобы совершенствовать свой стиль и язык.

- Используйте речевые упражнения: Существуют различные речевые упражнения, которые помогают развить голосовые и артикуляционные навыки. Например, скороговорки, зубные счета или упражнения для

4. Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению

Эмоции играют важную роль в общении, они помогают выражать свои чувства и переживания. Осознание эмоций своего партнера по общению и умение корректировать их эмоциональное состояние могут существенно повлиять на качество и глубину коммуникации. Вот несколько навыков, которые помогут вам в этом:

Эмпатия: Постарайтесь почувствовать и понять эмоции своего партнера по общению. Поставьте себя на его место и сопереживайте его чувства. Показывайте, что вы оцениваете и понимаете его эмоциональное состояние.

Слушайте с вниманием: Уделите полное внимание своему партнеру по общению и проявите глубокий интерес к его эмоциональным высказываниям. Будьте внимательны к невербальным сигналам, таким как жесты, мимика и интонация, чтобы лучше понять его эмоциональное состояние.

Поддерживайте не критическую и непрерывную коммуникацию: Создайте безопасную и доверительную атмосферу, чтобы ваш партнер по общению смог свободно выразить свои эмоции. Не прерывайте его и избегайте критиковать или оценивать его чувства. Сконцентрируйтесь на том, чтобы осознать источник его эмоций.

Показывайте понимание: Выразите свое понимание и поддержку, используя утверждения и согласие. Покажите свою готовность помочь и сотрудничать, чтобы помочь справиться с эмоциональным состоянием своего партнера по общению.

Саморегуляция: Будьте осознанными о своих собственных эмоциях и эффективно контролируйте их. Умение управлять своими эмоциями поможет вам быть сбалансированным и спокойным, что облегчит коррекцию эмоционального состояния вашего партнера по общению.

Предлагайте практические решения и поддержку: Если ваш партнер по общению испытывает отрицательные эмоции, предложите практические решения или поддержку. При необходимости предоставьте информацию или ресурсы, которые могут помочь справиться с эмоциональным состоянием.

Навык коррекции эмоционального состояния партнера по общению является важным взаимодействием, которое позволит создать гармоничное общение и поддержать положительные отношения. Практикуйте эти навыки, чтобы стать эмоционально интеллектуальным и эффективным коммуникатором.

5. Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.

Во время общения может возникать ряд проблем, которые могут нарушить эффективность коммуникации. Некоторые из распространенных нарушений включают:

Недостаток внимания: когда одна или обе стороны коммуникации не обращают достаточного внимания на другого человека или его высказывания, это может привести к неполному пониманию и потере информации.

Перебивание: перебивание другого человека во время его высказывания может привести к прерыванию потока мыслей и негативно влиять на качество общения.

Невербальные сигналы: отсутствие учета невербальных сигналов, таких как мимика, жесты и интонация, может привести к неправильному пониманию или упущению эмоционального подтекста сообщения.

Отсутствие эмпатии: неспособность поставить себя на место другого человека и понять его эмоциональное состояние может привести к недопониманию и конфликтам.

Рефлексивное и нерефлексивное слушание.

Слушание играет ключевую роль в эффективной коммуникации. Оно позволяет нам понять и уважать точку зрения других людей, создавая умения для глубокого понимания и эмпатии. Однако, слушание может быть рефлексивным или нерефлексивным. Вот их различия:

Рефлексивное слушание подразумевает активное присутствие в коммуникации и глубокое понимание собеседника. Это означает, что слушатель не только внимательно слушает, но также и пытается поставить себя на место другого человека и понять его чувства и идеи. Рефлексивное слушание обычно включает в себя использование отражений и возвратов значимых элементов собеседника.

Нерефлексивное слушание, напротив, является пассивным и неактивным. Оно проявляется, когда слушатель не проявляет интереса к высказываниям другого человека и не стремится к глубокому пониманию его точки зрения. В результате нерефлексивное слушание может привести к недопониманию и строить барьеры в общении.

Рефлексивное слушание является более эффективным и продуктивным типом слушания. Оно помогает установить глубокое взаимопонимание, построить доверие и улучшить общение. Навык рефлексивного слушания требует практики и осознания, но стоит усилий, чтобы стать более эффективным коммуникатором.

6. Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи

Коммуникация без агрессии: Старайтесь избегать использование агрессивного или оскорбительного языка. Выражайте свои мысли и чувства четко и конструктивно, используя «я-сообщения» вместо обвинений.

Ясность и конкретность: стремитесь быть ясным и конкретным в своих высказываниях. Избегайте двусмысленности и неопределенности, чтобы быть понятным собеседником.

Уровень голоса и речи: используйте подходящий уровень голоса и скорость речи, чтобы быть слышимым и понятным. Избегайте слишком высокого или слишком низкого темпа речи, чтобы не утомлять собеседников.

Умение задавать вопросы: задавайте вопросы, чтобы продемонстрировать интерес к собеседнику и прояснить необходимую информацию. Избегайте вопросов, которые могут вызвать обиду или негативные эмоции.

Культура выражения чувств

Быть честным и открытым: выражайте свои чувства откровенно и честно, но при этом уважайте чувства и границы других людей.

Использование «я-сообщений»: вместо того, чтобы обвинять или критиковать других, выражайте свои чувства и потребности, используя «я-сообщения». Например, вместо фразы «Ты всегда забываешь обещания» скажите: «Мне мешает, когда обещания не выполняются».

Признание и поддержка чувств других: уважайте чувства и эмоции других людей, даже если вы с ними не согласны. Показывайте сочувствие и поддержку, пытаясь понять их точку зрения.

Самоподача.

Осознавайте свои эмоции и чувства, а также их влияния на вашу коммуникацию. Осознавайте свои сильные и слабые стороны, чтобы использовать их взаимодействия с другими людьми.

Управление эмоциями: учитесь эффективно управлять своими эмоциями и реакциями на объективные ситуации. Научитесь контролировать спонтанные эмоциональные реакции, чтобы не навредить вашим взаимодействиям.

Развитие навыков саморефлексии: оценивайте свою коммуникацию и взаимодействия с другими. Осознавайте свои ошибки и недостатки, и стремитесь к постоянному самосовершенствованию.

Стремление к сопереживанию и пониманию: будьте открытым и готовым понять эмоциональный опыт других людей. Стремитесь быть эмоционально поддерживающим и понимающим собеседником.

Эти факторы – культура речи, культура выражения чувств и самоподача помогают создать эффективное взаимодействие с другими людьми, повышая качество общения и улучшая отношения.

7. Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.

Основные барьеры, которые могут возникнуть в процессе общения:

1) барьер предвзятости и беспричинной негативной установки выражается в беспричинном негативном отношении к тому или иному человеку в результате первого впечатления. Следует установить возможные мотивы появления такого отношения к человеку и преодолевать их;

2) барьер отрицательной установки, введённой в ваш опыт кем-либо из людей. Кто-то сообщил вам отрицательную информацию об учащемся, и у вас складывается негативная установка по отношению к нему, хотя вы сами о нём мало что знаете, не имеете опыта личного взаимодействия с ним;

3) барьер «боязни» контакта, который может возникнуть у молодого педагога, не имеющего достаточного опыта общения;

4) барьер ожидания непонимания. Он проявляется в установке «А правильно ли меня поймут?..», причём акцент делается всегда на то, что поймут неправильно.

5) барьер неверных стереотипов. Организации продуктивного общения нередко мешает неверный стереотип восприятия определённых жизненных явлений. Человеку кажется, что его действия, поступки вызовут обиду, неудовольствие, отказ. Данный барьер может проявляться как следствие отношений между руководителем и подчинённым, ребёнком и родителем, педагогом и учеником. Вербально это выражается так: «Я попрошу у него что-либо, а он обязательно откажет»;

6) барьер возраста.

Иногда продуктивному общению мешают индивидуальные особенности человека.

Здесь выделяют такие барьеры:

1) барьер темперамента, который обусловлен относительной психологической несовместимостью людей. Например, холерики плохо уживаются с меланхоликами, флегматики – с холериками;

2) барьер несовместимости характеров, возникающий как следствие поведения людей, отличающихся друг от друга акцентуациями характера, основу которых составляют психологические типы личности;

3) барьер отрицательных эмоций, который может возникнуть во время общения и характеризуется страхом, страданием, гневом, чувством вины, стыда, отвращением и пр.;

4) барьер противоборствующих желаний. Вспыльчивость, обидчивость, нерешительность человека нередко обусловлены его болезненным состоянием, поэтому общение в этом случае должно быть как можно более корректным и терпимым.

Тема 7 Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей

Вопросы для обсуждения:

1. Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.

2. Родительская конференция. Групповые консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам.

3. Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Индивидуальные консультации. Анкетирование.

4. Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки-передвижки. Родительская газета. Видеосъемка.

5. Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.

Основные понятия и термины: Тренинги. Родительская конференция. Групповые консультации. Клубы по интересам. Индивидуальные беседы. Индивидуальные консультации. Анкетирование. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки-передвижки. Родительская газета. Видеосъемка. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.

Информационный материал

1. Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.

Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников позволяют эффективно взаимодействовать с родителями или опекунами и обеспечивать более глубокое понимание и поддержку детей. Коллективные формы работы:

- Родительские собрания. На родительских собраниях можно обсудить текущие вопросы и проблемы, а также предоставить информацию о важных событиях и достижениях. Встречи и собрания также могут быть использованы для обмена опытом и совместного планирования дальнейших действий.

- Деловые игры позволят родителям взаимодействовать с педагогическими работниками и другими родителями в ходе моделирования реальных ситуаций. Например, можно провести игру-тренажер ситуации обсуждения успехов и проблем ребенка, чтобы научить родителей эффективному взаимодействию и поиску конструктивных решений.

- Ролевые игры, в которых родители могут вживаться в роль ребенка. Такие игры помогут родителям лучше понять своих детей и задачи воспитания, а также научат понимать и уважать точку зрения и интересы других участников.

- Тренинги для законных представителей воспитанников, на которых будут развиваться навыки эффективного общения, взаимодействия и решения проблем вместе с педагогическими работниками. Тренинги также могут включать обучение навыкам эмоциональной поддержки детей и понимания их потребностей.

Целью таких коллективных форм работы является создание партнерских отношений между педагогами и законными представителями воспитанников, обмен опытом и знаниями, а также формирование сообщества, где каждый член может вносить свой вклад в образование и развитие ребенка.

2. Родительская конференция. Групповые консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам

Дополнительными коллективными формами работы с законными представителями воспитанников могут быть следующие:

- Родительская конференция, где родители смогут получить информацию о различных аспектах воспитания и образования детей, а также участвовать в дискуссиях и мастер-классах. Родительская конференция может быть полезной для обмена опытом и установления связей между родителями и педагогами.

- Групповые консультации, где родители могут задавать вопросы и получать профессиональные рекомендации от педагогических работников, педагогов-психологов или других экспертов. Групповые консультации позволяют родителям справиться с общими проблемами и вопросами, а также узнать об эффективных приемах и стратегиях воспитания.

- Групповые собрания законных представителей воспитанников, где законные представители воспитанников могут обсудить общие вопросы и проблемы, а также предлагать идеи для улучшения образовательного процесса. Групповые собрания помогут формировать единство и взаимопонимание в сообществе родителей и педагогов.

- Клубы по интересам, где родители могут собираться и обмениваться опытом и знаниями по определенным темам или деятельности. Например, в клубе по чтению можно обсуждать литературу для детей, а в клубе по родительскому волонтерству можно планировать и организовывать совместные мероприятия.

Эти коллективные формы работы способствуют активному вовлечению родителей в образовательный процесс и помогают создать сильное партнерство между родителями и педагогами в воспитании и развитии детей.

3. Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Посещение семьи на дому. Индивидуальные консультации. Анкетирование

Индивидуальными формами работы с законными представителями воспитанников могут быть следующие:

- Индивидуальные беседы с родителями, где они могут обсудить свои индивидуальные вопросы и проблемы с педагогами или администрацией. Индивидуальные беседы позволяют родителям получить более глубокое понимание и поддержку со стороны школы или детского сада.

- Посещение семьи на дому, где они могут рассказать о своем ребенке и семейной ситуации. Посещение семьи на дому позволяет педагогам получить более полное представление о контексте, в котором живет ребенок, и налаживает тесные связи между семьей и школой.

- Индивидуальные консультации: Родители могут обсудить свои вопросы, затруднения или получить рекомендации по воспитанию и развитию своего ребенка. Индивидуальные консультации помогают поддержать и направить родителей в их индивидуальной роли.

- Анкетирование: Проведите анкетирование среди законных представителей воспитанников, чтобы получить обратную связь о работе школы или детского сада. Анкетирование может включать вопросы о качестве образования, системе обратной связи, организации мероприятий и других аспектах. Результаты анкетирования помогут детскому саду улучшить свою работу и удовлетворить потребности родителей и воспитанников.

Эти индивидуальные формы работы с родителями позволяют учесть индивидуальные потребности и особенности каждой семьи, установить доверительные отношения и лучше понять контекст воспитания и развития каждого ребенка.

4. Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки–передвижки. Родительская газета. Видеосъемка

Информационные формы работы с законными представителями воспитанников позволяют доставлять информацию о детском саде, их работе и актуальных событиях в удобном и наглядном формате. Некоторые из таких форм включают:

Родительские уголки: Создайте в детском саду отведенные уголки, где размещается полезная информация для родителей. В родительских уголках могут находиться расписания, информация о предстоящих мероприятиях, статьи и образовательные материалы. Родители могут заходить в родительский уголок в удобное для них время и получать актуальную информацию о детском саде.

Памятки для родителей: Разработайте памятки или информационные брошюры, содержащие полезную информацию о правилах, процедурах или рекомендациях для родителей. Это могут быть памятки о правилах поведения в детском саде, рекомендации по здоровому питанию или советы по воспитанию детей. Родители могут получить эти памятки на родительских собраниях или в родительском уголке и использовать их для более эффективного сотрудничества с учреждением дошкольного образования.

Папки-передвижки содержат информацию о режиме дня, плане обучения, достижениях и проблемах ребенка.

Родительская газета содержит статьи, информацию и новости о жизни детского сада. Родительская газета может быть распространена среди родителей в печатном или электронном виде и позволяет им быть в курсе последних событий и анонсов. Это также может стать платформой для обмена опытом, публикации родительских статей или отзывов.

Видеосъемка различных мероприятий, презентаций или занятий и предоставляйте видеоматериалы родителям. Видеозаписи могут быть размещены на сайте детского сада, в родительской группе в социальных сетях или предоставлены на флеш-накопителях. Видеосъемка позволяет родителям получить представление о жизни детского сада и лучше понять подходы и методики обучения.

Эти наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников помогают обеспечить своевременную и

доступную информацию, улучшить коммуникацию и повысить вовлеченность родителей в учебный процесс.

5. Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат

Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников представляют возможность обеспечить более удобное и эффективное взаимодействие. Некоторые из таких форм включают:

Блог, где можно публиковать новости, статьи, полезные материалы и информацию о событиях, проходящих в учебном заведении. Родители смогут получать актуальную информацию, следить за жизнью детского сада и оставлять комментарии с вопросами или замечаниями.

Веб-форум, где родители смогут обмениваться информацией, задавать вопросы и делиться опытом. Форум может стать площадкой для обсуждения вопросов, касающихся воспитания и образования детей, обмена советами и идеями. Здесь участвуют не только родители, но и педагоги, создавая единое пространство для диалога и сотрудничества.

Онлайн-семинары, где родители смогут получать информацию и советы по актуальным вопросам. Онлайн-семинары позволяют родителям присоединяться к обучению из любого места с помощью интернета, участвовать в дискуссиях и задавать вопросы экспертам или педагогам.

Вебинары, где можно предоставлять родителям более подробную информацию о конкретных темах или программе обучения. Вебинары могут проводиться в режиме реального времени, где родители могут задавать вопросы и получать ответы непосредственно от педагога или эксперта.

Информационный сайт будет содержать полезную информацию о детском саду, его структуре, программе обучения, графике мероприятий и контактную информацию. Сайт может также быть платформой для публикации новостей, статей, фотографий и видеоматериалов.

Чат: Используйте чат-системы для непосредственного обмена информацией с родителями. Чат позволяет быстро и удобно получать ответы на вопросы, решать текущие проблемы и оставаться в курсе событий.

Использование информационно-коммуникационных форм работы с законными представителями воспитанников позволяет улучшить доступность информации, сохранить документацию и поддерживать постоянное взаимодействие между детским садом и родителями.

Тема 8 Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей

Вопросы для обсуждения:

1. Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии.
2. Игра как один из базовых методов психологического тренинга.
3. Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов.
4. Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники.
5. Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств.
6. Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции. Психогимнастические упражнения.

Основные понятия и термины: групповая дискуссия, игра, упражнение, вербальные техники, невербальные техники, проективное рисование, телесно-ориентированные методы, мышечная релаксация, медитативные техники, психогимнастические упражнения.

Информационный материал

1. Групповая дискуссия, возможности. Классификация видов групповой дискуссии

Групповая дискуссия – это процесс обмена мнениями, идеями и аргументами между участниками, объединенными в группу, с целью достижения согласия, принятия решений или обмена знаниями. Классификация видов групповой дискуссии включает следующие подходы:

Формальная или неформальная дискуссия:

Формальная дискуссия – проводится по определенным правилам и структуре, имеет председателя, который регулирует процесс и соблюдение правил.

Неформальная дискуссия – более свободная форма, не имеет явно определенной структуры и ролей, участники спонтанно высказывают свои мнения и идеи.

Разделение по цели дискуссии:

Информационная дискуссия – целью является передача и обмен информацией.

Перуасивная (убеждающая) дискуссия – целью является убеждение других участников в своей точке зрения или установление преимущественного мнения.

2. Игра как один из базовых методов психологического тренинга

Игра – это один из базовых методов психологического тренинга, который используется для достижения различных целей, таких как развитие коммуникативных навыков, улучшение работы в коллективе, повышение самооценки, управление эмоциями и т. д. Игра позволяет участникам взаимодействовать и экспериментировать с разными ролями, ситуациями и задачами в безопасной атмосфере.

Виды игр в психологическом тренинге могут быть классифицированы следующим образом:

Ситуационно-ролевые игры:

Рольевая игра – участники воплощают различные роли и сценарии для исследования социальных взаимодействий и развития эмпатии.

Симуляция – имитация определенных реальных событий или ситуаций, чтобы позволить участникам развить навыки принятия решений в контексте этих событий.

Творческие игры:

Игры на развитие креативности – позволяют участникам развить свою фантазию, оригинальное мышление и креативные навыки.

Имитационные игры:

Игры-симуляторы – имитируют определенные ситуации или процессы, которые помогают участникам развить практические навыки или прокачать определенные аспекты профессиональной деятельности.

Дидактические игры:

Образовательные игры – направлены на развитие определенных интеллектуальных навыков, улучшение познавательной активности и повышение усвоения знаний.

Организационно-деятельностные игры:

Кооперативные игры – направлены на развитие навыков сотрудничества, командной работы и взаимодействия.

Конкурентные игры – стимулируют развитие навыков соперничества, лидерства и управления ресурсами.

Деловые игры:

Бизнес-игры – используются для развития навыков управления, принятия решений и предпринимательства в бизнес-среде.

Каждый вид игры имеет свои особенности и используется для достижения конкретных целей в рамках психологического тренинга. Они помогают создать интерактивную и участникам-ориентированную среду, где развиваются разнообразные навыки и качества личности.

3. Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов

Одним из полезных упражнений, которое может быть использовано в психологических тренингах для повышения устойчивости к стрессу, является упражнение «Дышите глубоко и расслабьтесь». Это упражнение направлено на осознанное дыхание и расслабление, что помогает снизить физическое и эмоциональное напряжение.

Процедура упражнения:

Сесть или лечь в удобную позицию, закрыть глаза и удобно разместить руки на животе или на груди.

Начните обращать внимание на свое дыхание, просто замечая, как воздух входит и выходит из ваших легких.

Постепенно начните делать глубокие вдохи через нос, заполняя легкие и живот воздухом. При этом старайтесь держать руки на животе и чувствовать, как он медленно поднимается и опускается.

Затем медленно выдыхайте через рот, осознанно выпуская весь воздух из легких.

Продолжайте дышать глубоко и медленно, слыша звук вдоха и выдоха. Позвольте себе полностью расслабиться на каждом выдохе, осознавая телесные ощущения и отпуская напряжение.

Повторяйте этот процесс в течение 5-10 минут или до тех пор, пока вы не почувствуете улучшение физического и эмоционального состояния.

Это упражнение можно использовать в процессе психологических тренингов для:

Установки на начало или конец тренинга: помогает участникам сосредоточиться, успокоиться и быть в настоящем моменте перед тренингом или после напряженной работы.

Регуляции эмоций: помогает участникам управлять и снижать интенсивность негативных эмоций, таких как стресс, тревога или раздражение.

Повышения осознанности и телесной осведомленности: помогает участникам быть более осознанными своих телесных ощущений и привлечь их внимание на физическом отдыхе и расслаблении.

Увеличения уровня устойчивости к стрессу: регулярное использование этого упражнения может помочь участникам разработать навыки саморегуляции и стратегии справления с переживанием стрессовых ситуаций.

Важно учесть, что каждый человек уникален, и разные методы могут давать различные результаты. Психологические тренеры и специалисты должны адаптировать упражнения в соответствии с индивидуальными потребностями и целями группы или участника.

4. Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники

Вербальные техники для развития социальной перцепции могут включать следующие методы тренинга:

Рольевые игры: Участники играют разные роли и ситуации, в которых нужно взаимодействовать и тактично реагировать на информацию, полученную от других людей. Это помогает развить навыки восприятия мимики, жестов, тонов голоса и других вербальных сигналов.

Групповые дискуссии: Организация обсуждения тем, связанных с межличностными отношениями и социальными интеракциями, позволяет участникам анализировать и интерпретировать невербальные и вербальные сигналы, которые они распознают в чужих высказываниях.

Активное слушание: Участники тренинга могут заниматься практическими упражнениями, направленными на развитие активного

слушания. Это включает в себя умение задавать вопросы, повторять ключевые моменты, а также уловить эмоциональную подоплеку того, что говорит другой человек.

Упражнения на эмпатическое слушание: Эти упражнения нацелены на развитие способности понимать и воспринимать эмоциональное состояние других людей. Это может включать практику активного слушания и умение воспринимать невербальные сигналы, такие как жесты, мимика и интонация голоса.

Невербальные техники для развития социальной перцепции в процессе тренинга могут включать следующие методы:

Упражнения на распознавание мимики и выражений лица: Участникам предлагается анализировать и распознавать эмоции, выраженные на лице других людей. Это помогает развить навыки чтения невербальных сигналов, связанных с эмоциональной реакцией.

Игра «Шарады эмоций»: Задача участников заключается в наиболее точном передаче эмоции путем использования только невербальных сигналов, таких как жесты, мимика и телесные движения. Это помогает развить чувствительность к невербальным выражениям и правильно их интерпретировать.

Упражнения на выполнение заданий параллельно с другими людьми: Это могут быть практики, в которых участники выполняют групповые задания, требующие сотрудничества. В ходе выполнения задания участники практикуют невербальные навыки, такие как чтение телесных поз и гримас.

Игры на использование пространства: Участники могут быть задействованы в упражнениях, которые требуют использования пространства и взаимодействия с другими людьми. Это может быть игра с мячом или задания на совместное решение пространственных задач. В ходе этих приемов тренируются навыки невербального взаимодействия и адаптации к физическому окружению.

Все эти методы помогают развить социальную перцепцию, улучшить коммуникацию и развить навыки эмпатии у участников тренинга. Они также способствуют улучшению способности к прогнозированию поведения других людей и развитию более глубоких и качественных взаимоотношений.

5. Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств

Проективное рисование – это метод диагностики и интерпретации взаимоотношений в семье, затруднений в общении и изучения неосознаваемых чувств с использованием рисунков, сделанных участниками. В процессе проективного рисования, участнику предлагается нарисовать то или иное изображение, после чего аналитик, обученный в данной методике, анализирует рисунок и интерпретирует его символику, ориентируясь на различные аспекты. Вот некоторые из них:

Форма и размеры: Внешний вид и форма рисунка могут указывать на проверяющую личность. Например, человек, который рисует себя значительно

меньше, чем других людей на рисунке, может испытывать низкую самооценку или неуверенность.

Использование пространства: Как участник использует пространство на листе бумаги может отражать его представления о взаимоотношениях. Например, рисунок, на котором один человек находится далеко от других, может указывать на ощущение изоляции или отчуждения от других людей.

Детали и особенности: Анализ деталей может помочь определить настроение и эмоциональное состояние участника. Например, наличие темных цветов или мрачных образов может указывать на наличие депрессии или тоски.

Взаимодействие персонажей: Как персонажи взаимодействуют на рисунке может дать представление о типе отношений, которые есть у участника. Например, если на рисунке один персонаж выглядит агрессивно или доминирует над другими, это может указывать на проблемы в отношениях в семье.

Символизм: Рассмотрение символов, изображенных на рисунке, может помочь идентифицировать неосознаваемые чувства и конфликты. Например, рисунок воды может быть связан с чувством эмоциональной нестабильности или неуверенности.

Проективное рисование является эффективным инструментом для изучения взаимоотношений в семье, затруднений в общении и неосознаваемых чувств. Анализ рисунков может помочь участникам лучше понять самих себя, свои эмоции и отношения с другими людьми. Этот метод также может быть использован в психологической практике для развития и улучшения взаимодействия в семейной терапии или личной консультации.

6. Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции (саморегуляция, физическая и чувственная релаксация). Психогимнастические упражнения

Телесно-ориентированные методы - методы работы с телом, направленные на достижение чувственного осознания, мышечной релаксации и улучшение саморегуляции. Они включают в себя различные техники и практики, такие как чувственное осознание, мышечная релаксация, медитативные техники и психогимнастические упражнения.

Чувственное осознание – практика осознания своих чувств, ощущений и физических проявлений в данном моменте. Через обращение внимания на свое тело, дыхание и ощущения, можно осознать свои эмоции и потребности. Чувственное осознание позволяет человеку лучше понять себя и свое внутреннее состояние, а также улучшить связь между телом и разумом.

Мышечная релаксация – методика, направленная на облегчение физического напряжения и устранение стресса в организме. Различные техники релаксации, такие как прогрессивная мускулярная релаксация или дыхательные упражнения, позволяют сознательно расслабить мышцы и снизить уровень стресса.

Медитативные техники – методы практики сознания, направленные на достижение глубокой физической и психической релаксации. Они включают в

себя фокусировку на дыхании, повторение мантр или визуализацию. Медитативные техники помогают улучшить саморегуляцию, снизить уровень стресса, повысить осознанность и развить внутреннюю гармонию.

Психогимнастические упражнения – упражнения, объединяющие физическое движение и психологическую работу. Они могут включать в себя танцевальные движения, ритмические упражнения или специальные практики, направленные на улучшение саморегуляции и психоэмоционального состояния.

В целом, телесно-ориентированные методы имеют ряд полезных функций. Они помогают в достижении саморегуляции, то есть умения управлять своими эмоциями и реакциями. Они способствуют физической и чувственной релаксации, что снижает уровень стресса и благотворно влияет на общее психическое состояние. Также, эти методы могут улучшить осознанность и привести к гармонии между телом и разумом. Психогимнастические упражнения помогают укрепить связь между телом и эмоциями, а также способствуют выражению и освобождению эмоций и блокировок через движение

ПРАКТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Планы практических занятий по учебной дисциплине «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» (заочная форма получения образования)

Занятие 1 Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста. Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.).
2. Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.
3. Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.
4. Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.
5. Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).
6. Стили семейного воспитания. Эффективное родительство.
7. Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования
8. Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.

Задание 1. Подготовьте сообщение на одну из тем:

Тематика сообщений:

1. Проблема адаптации воспитанников дошкольного возраста к учреждению дошкольного образования.
2. Трудности в установлении контакта с другими детьми или взрослыми воспитанников дошкольного возраста,
3. Стресс и тревога у воспитанников дошкольного возраста.
4. Проблемы самооценки и самовосприятия воспитанников дошкольного возраста.
5. Развитие эмоциональной регуляции воспитанников дошкольного возраста.
6. Проблемы поведения воспитанников дошкольного возраста: агрессивность, непослушание, гиперактивность.
7. Трудности самоконтроля воспитанников дошкольного возраста.
8. Трудности в развитии речи и коммуникативных навыков воспитанников дошкольного возраста.

9. Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру у воспитанников дошкольного возраста.

10. Самооценка и общее благополучие воспитанников дошкольного возраста

11. Влияние особенностей взаимодействия между родителями на воспитание детей.

12. Семейные проблемы, насилие или нестабильность и их влияние на психологическое здоровье детей и их общее благополучие.

13. Межличностные конфликты в семье и эмоциональное благополучие детей.

14. Формирование поведения и ценностей воспитанников дошкольного возраста.

15. Положительные ролевые модели в семье и формирование социальных навыков у детей.

16. Эффективные стратегии родительства.

17. Факторы формирования стиля привязанности у воспитанников дошкольного возраста.

18. Стратегии эмоциональной поддержки для развития безопасной привязанности у воспитанников дошкольного возраста.

19. Развитие эмоциональной грамотности у воспитанников дошкольного возраста для формирования безопасной привязанности.

20. Наказания и поощрения в воспитании детей дошкольного возраста.

21. Эффективные методы, которые способствуют воспитанию дисциплины воспитанников дошкольного возраста.

Задание 2. Подготовить конспект

1. Дубровина, И. В. Феномен «психологическое благополучие» в контексте социальной ситуации развития / И. В. Дубровина // Вестн. практ. психологии образования. – 2020. – Т. 17, № 3. – С. 9–21.

2. Панько, Е. А. О самоценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск : Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.

Задание 3. Разработать рекомендации для педагогических работников по укреплению психологического здоровья воспитанников.

Задание 4. Разработать, провести и проанализировать тренинговое занятие, нацеленное на укрепление психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.

Рекомендуемая литература:

1. Практикум по психологическому здоровью [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, А. В. Ковалевская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/27336>. – Дата доступа: 14.06.2023.

2. Го, Кэ. Эмоциональное благополучие детей старшего дошкольного возраста в организованной двигательной деятельности : учеб.-метод. пособие / Го Кэ. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2022. – 108 с.
3. Дубровина, И. В. Феномен «психологическое благополучие» в контексте социальной ситуации развития / И. В. Дубровина // Вестн. практ. психологии образования. – 2020. – Т. 17, № 3. – С. 9–21.
4. Коломинский, Я. Л. Психология и мы. Введение в психологическую культуру : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования / Я. Л. Коломинский. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2017. – 260 с.
5. Малейчук, Г. И. Психологическое здоровье личности: клинико-феноменологический подход : монография / Г. И. Малейчук. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2009. – 205 с.
6. Панько, Е. А. О самооценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск : Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.
7. Панько, Е. А. Психологическое здоровье ребенка: о путях и способах его укрепления в семье / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова, Т. М. Недвецкая ; под общ. ред. Е. А. Панько. – СПб. : Речь, 2014. – 176 с.
8. Семенова, Е. М. Психологическое здоровье ребенка и педагога : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Е. М. Семенова, Е. П. Чеснокова ; под ред. Е. А. Панько. – Мозырь : Белый Ветер, 2010. – 174 с.
9. Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учеб. и практикум для акад. бакалавриата, для студентов вузов, обучающихся по гуманитарным направлениям и специальностям / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев ; Моск. гор. психол.-пед. ун-т. – М. : Юрайт, 2015. – 423 с.
10. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Вест. БДПУ. Сер. 1, Педагогіка. Психологія. Філософія. – 2021. – № 3. – С. 60–65.
11. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье ребенка. Работа с детьми, находящимися в группе риска нарушения психологического здоровья [Электронный ресурс] : web-лекция / Е. П. Чеснокова // YouTube. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=8RSGm3N9IpU>. – Дата доступа: 14.06.2023.
12. Чеснокова, Е. П. Художественная деятельность как средство укрепления психологического здоровья ребенка в условиях сотрудничества учреждения дошкольного образования и семьи / Е. П. Чеснокова, А. С. Матвейчик, И. А. Юшкевич // Детство в пространстве социокультурных образовательных практик : сб. науч. тр. конф. «Детство в пространстве социокультурных образовательных практик», Минск, 19 нояб. 2019 г., / Белорус. гос. пед. ун-т ; редкол.: О. Н. Анцыпирович [и др.] ; под общ. ред. О. Н. Анцыпирович. – Минск, 2019. – С. 407–412.

Занятие 2 Факторы риска нарушения психологического здоровья. Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников

Вопросы для обсуждения:

1. Объективные факторы, или факторы среды. Факторы семейного воспитания.
2. Субъективные факторы, обусловленные индивидуально-личностными особенностями. Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.
3. Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу:
4. Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом, раннем и дошкольном возрасте.
5. Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников. Развитие приемов общения. Эмпатия в общении.
6. Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков. Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.
7. Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.
8. Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи. Барьеры в общении.

Задание 1. Разработать и провести ролевую игру с представлением разных типов темперамента и характера воспитанников, провести анализ их предрасположенности к нарушению психологического здоровья.

Задание 2. Разработать, провести и проанализировать тренинговое занятие, нацеленное на формирование умения эффективного использования навыков установления контакта с законными представителями воспитанников

Задание 3. Разработать, провести и проанализировать тренинговое занятие, нацеленное на формирование умения эффективного использования навыков активного слушания с законными представителями воспитанников

Задание 4. Подготовить тематическое сообщение о средствах эффективного взаимодействия и их использовании.

Рекомендуемая литература:

1. Практикум по психологическому здоровью [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, А. В. Ковалевская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/27336>. – Дата доступа: 14.06.2023.
2. Тренинг педагогического общения [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, Е. П. Чеснокова, И. А. Белокурская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/27337>. – Дата доступа: 14.06.2023.

3. Формирование доверительных отношений с родителями детей старшего дошкольного возраста : метод. рекомендации : в 2 ч. / Гродн. обл. ин-т развития образования ; сост.: Л. М. Тарантей, С. Р. Хамылева. – Гродно : ГрОИРО, 2018. – Ч. 1. – 144 с.
4. Малейчук, Г. И. Психологическое здоровье личности: клинико-феноменологический подход : монография / Г. И. Малейчук. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2009. – 205 с.
5. Организация сотрудничества детского сада и семьи : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / сост. О. Г. Ксенда. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 92 с.
6. Осипов, Е. Д. Педагогика семьи : пособие для студентов пед. специальностей вузов / Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Каф. педагогики ; под ред. А. Н. Сендер. – Брест : БрГУ, 2008. – 158 с.
7. Осипова, М. П. Педагогическое взаимодействие с семьей: научно-методические основы : монография / М. П. Осипова, Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Науч.-метод. центр «Школа – семья». – Брест : БрГУ, 2020. – 237 с.
8. Панько, Е. А. О самооценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск : Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.
9. Панько, Е. А. Психологическое здоровье ребенка: о путях и способах его укрепления в семье / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова, Т. М. Недвецкая ; под общ. ред. Е. А. Панько. – СПб. : Речь, 2014. – 176 с.
10. Погодина, Е. К. Теория и практика социально-педагогической работы с семьей : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования / Е. К. Погодина, С. Г. Туболец. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2019. – 160 с.
11. Рабочая тетрадь по учебной дисциплине «Организация взаимодействия педагога с семьей дошкольника» для специальностей 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / Белорус. гос. пед. ун-т ; сост.: Н. Е. Никонова, М. С. Мельникова. – Минск : БГПУ, 2020. – 60 с.
12. Семенова, Е. М. Психологическое здоровье ребенка и педагога : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Е. М. Семенова, Е. П. Чеснокова ; под ред. Е. А. Панько. – Мозырь : Белый Ветер, 2010. – 174 с.
13. Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция: учеб. и практикум для акад. бакалавриата, для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям и специальностям / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев ; Моск. гор. психол.-пед. ун-т. – М. : Юрайт, 2015. – 423 с.
14. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Вес. БДПУ. Сер. 1, Педагогіка. Психалогія. Філасофія. – 2021. – № 3. – С. 60–65.
15. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье ребенка. Работа с детьми, находящимися в группе риска нарушения психологического здоровья [Электронный ресурс] : web-лекция / Е. П. Чеснокова // YouTube. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=8RSGm3N9IpU>. – Дата доступа: 14.06.2023.

Занятие 3 Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей. Интерактивные методы работы - как эффективное сотрудничество с семьей

Вопросы для обсуждения:

1. Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.
2. Родительская конференция. Групповые консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам.
3. Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Индивидуальные консультации. Анкетирование.
4. Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки-передвижки. Родительская газета. Видеосъемка.
5. Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.
6. Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии. Игра как один из базовых методов психологического тренинга.
7. Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов. Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники.
8. Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств.
9. Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции. Психогимнастические упражнения.

Задание 1. Разработать конспекты наглядно-информационных форм работы с законными представителями воспитанников.

Задание 2. Составить анкету для законных представителей воспитанников, нацеленную на выявление приемов и средств семейного воспитания.

Задание 3. Разработать рекомендации для законных представителей воспитанников по укреплению психологического здоровья воспитанников.

Задание 4. Разработать, провести и проанализировать тренинговое занятие с использованием групповых дискуссий и игр, нацеленное на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников

Задание 5. Разработать, провести и проанализировать тренинговое занятие и использованием невербальных техник и проективного рисования,

нацеленное на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников.

Рекомендуемая литература:

1. Антоненя, Т. Л. Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей: семинары-тренинги : пособие для педагогов учреждений дошк. образования / Т. Л. Антоненя, И. А. Стовбыра. – 4-е изд. – Мозырь : Выснова, 2021. – 83 с.
2. Тренинг педагогического общения [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, Е. П. Чеснокова, И. А. Белокурская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/27337>. – Дата доступа: 14.06.2023.
3. Формирование доверительных отношений с родителями детей старшего дошкольного возраста : метод. рекомендации : в 2 ч. / Гродн. обл. ин-т развития образования ; сост.: Л. М. Тарантей, С. Р. Хамылева. – Гродно : ГрОИРО, 2018. – Ч. 1. – 144 с.
4. Организация сотрудничества детского сада и семьи : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / сост. О. Г. Ксенда. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 92 с.
5. Осипов, Е. Д. Педагогика семьи : пособие для студентов пед. специальностей вузов / Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Каф. педагогики ; под ред. А. Н. Сендер. – Брест : БрГУ, 2008. – 158 с.
6. Осипова, М. П. Педагогическое взаимодействие с семьей: научно-методические основы : монография / М. П. Осипова, Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Науч.-метод. центр «Школа – семья». – Брест : БрГУ, 2020. – 237 с.
7. Погодина, Е. К. Теория и практика социально-педагогической работы с семьей : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования / Е. К. Погодина, С. Г. Туболец. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2019. – 160 с.
8. Рабочая тетрадь по учебной дисциплине «Организация взаимодействия педагога с семьей дошкольника» для специальностей 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / Белорус. гос. пед. ун-т ; сост.: Н. Е. Никонова, М. С. Мельникова. – Минск : БГПУ, 2020. – 60 с.
9. Семенова, Е. М. Психологическое здоровье ребенка и педагога : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Е. М. Семенова, Е. П. Чеснокова ; под ред. Е. А. Панько. – Мозырь : Белый Ветер, 2010. – 174 с.
10. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье ребенка. Работа с детьми, находящимися в группе риска нарушения психологического здоровья [Электронный ресурс] : web-лекция / Е. П. Чеснокова // YouTube. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=8RSGm3N9IpU>. – Дата доступа: 14.06.2023.
11. Чеснокова, Е. П. Художественная деятельность как средство укрепления психологического здоровья ребенка в условиях сотрудничества учреждения дошкольного образования и семьи / Е. П. Чеснокова, А. С. Матвейчик, И. А. Юшкевич // Детство в пространстве социокультурных образовательных практик : сб. науч. тр. конф. «Детство в пространстве социокультурных образовательных

практик», Минск, 19 нояб. 2019 г., / Белорус. гос. пед. ун-т ; редкол.: О. Н. Анцыпирович [и др.] ; под общ. ред. О. Н. Анцыпирович. – Минск, 2019. – С. 407–412.

РЕПОЗИТОРИЙ

Тематика сообщений:

- 1 Проблема адаптации воспитанников дошкольного возраста к учреждению дошкольного образования.
- 2 Трудности в установлении контакта с другими детьми или взрослыми воспитанников дошкольного возраста,
- 3 Стресс и тревога у воспитанников дошкольного возраста.
- 4 Проблемы самооценки и самовосприятия воспитанников дошкольного возраста.
- 5 Развитие эмоциональной регуляции воспитанников дошкольного возраста.
- 6 Проблемы поведения воспитанников дошкольного возраста: агрессивность, непослушание, гиперактивность.
- 7 Трудности самоконтроля воспитанников дошкольного возраста.
- 8 Трудности в развитии речи и коммуникативных навыков воспитанников дошкольного возраста.
- 9 Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру у воспитанников дошкольного возраста.
- 10 Самооценка и общее благополучие воспитанников дошкольного возраста
- 11 Влияние особенностей взаимодействия между родителями на воспитание детей.
- 12 Семейные проблемы, насилие или нестабильность и их влияние на психологическое здоровье детей и их общее благополучие.
- 13 Межличностные конфликты в семье и эмоциональное благополучие детей.
- 14 Формирование поведения и ценностей воспитанников дошкольного возраста.
- 15 Положительные ролевые модели в семье и формирование социальных навыков у детей.
- 16 Эффективные стратегии родительства.
- 17 Факторы формирования стиля привязанности у воспитанников дошкольного возраста.
- 18 Стратегии эмоциональной поддержки для развития безопасной привязанности у воспитанников дошкольного возраста.
- 19 Развитие эмоциональной грамотности у воспитанников дошкольного возраста для формирования безопасной привязанности.
- 20 Наказания и поощрения в воспитании детей дошкольного возраста.
- 21 Эффективные методы, способствующие воспитанию дисциплины детей дошкольного возраста.

РАЗДЕЛ КОНТРОЛЯ ЗНАНИЙ

Формы текущего контроля компетенций студентов по дисциплине «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей»

КР № 1: Наименование тем учебной программы: Основные подходы к определению психологического здоровья. Личность и психологическое здоровье.

Формы контроля:

1. Работа на практических занятиях: выступление с докладом (сообщением) / участие в дискуссиях.
2. Проверка эссе «Мое психологическое здоровье».
3. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья личности.
4. Проверка конспектов.
 - Дубровина, И. В. Феномен «психологическое благополучие» в контексте социальной ситуации развития / И. В. Дубровина // Вестн. практ. психологии образования. – 2020. – Т. 17, № 3. – С. 9-21.
 - Панько, Е. А. О самооценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск : Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.

КР № 2: Наименование тем учебной программы: Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста. Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста. Факторы риска нарушения психологического здоровья

Формы контроля:

1. Работа на практических занятиях: выступление с докладом (сообщением) / участие в дискуссиях.
2. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья воспитанников.
3. Письменная контрольная работа.

КР № 3: Наименование тем учебной программы: Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников. Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей. Интерактивные методы работы как эффективное сотрудничество с семьей

Формы контроля:

1. Работа на практических занятиях: выступление с докладом (сообщением) / участие в дискуссиях.
2. Обсуждение тематических сообщений студентов о средствах эффективного взаимодействия и их использования.

3. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на формирование умения эффективного использования разных средств эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников

4. Письменная контрольная работа

Задания для КР № 2

Письменная контрольная работа. Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста. Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста. Факторы риска нарушения психологического здоровья

Вариант 1.

1. Психологическое здоровье в дошкольном возрасте.
2. Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.
3. Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.
4. Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.

Вариант 2.

1. Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.
2. Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.
3. Стили семейного воспитания. Эффективное родительство.
4. Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования.

Задания для КР № 3

Письменная контрольная работа. Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников. Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей. Интерактивные методы работы как эффективное сотрудничество с семьей.

Вариант 1.

1. Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников.
2. Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.
3. Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.
4. Игра как один из базовых методов психологического тренинга.

Вариант 2.

1. Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников.
2. Навыки установления контакта.

3. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам.

4. Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников.

**Вопросы к зачету по учебной дисциплине
«Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников
в укреплении психологического здоровья детей»**

1. Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.).

2. Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева).

3. Уровни психологического здоровья.

4. Показатели психологического здоровья.

5. Психологические ресурсы стрессоустойчивости.

6. Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева).

7. Концепция отношений личности В.Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью.

8. Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью.

9. Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля).

10. Личностные факторы психологического здоровья: стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения

11. Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.).

12. Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.

13. Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.

14. Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза, как основа психологического здоровья.

15. Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста

16. Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.

17. Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).

18. Стили семейного воспитания.

19. Эффективное родительство.

20. Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования

21. Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.
22. Факторы риска нарушения психологического здоровья
23. Объективные факторы риска нарушения психологического здоровья или факторы среды. Факторы семейного воспитания.
24. Субъективные факторы риска нарушения психологического здоровья, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.
25. Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.
26. Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу:
27. Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников младенческого возраста.
28. Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников раннего возраста.
29. Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.
30. Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников
31. Развитие приемов общения. Эмпатия в общении.
32. Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков.
33. Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.
34. Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.
35. Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи.
36. Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.
37. Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей
38. Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.
39. Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников.
40. Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников.
41. Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников.
42. Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей.
43. Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии.
44. Игра как один из базовых методов психологического тренинга.

45. Классификация видов игр (ситуационно-ролевые, творческие, имитационные, дидактические, организационно-деятельностные, деловые игры) и возможности их использования.

46. Упражнение, как интерактивный метод работы, возможности его использования в процессе психологических тренингов.

47. Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники.

48. Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств.

49. Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация.

50. Медитативные техники, их функции (саморегуляция, физическая и чувственная релаксация).

51. Психогимнастические упражнения.

РЕПОЗИТОРИЙ

ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**КОНТРОЛЬНЫЙ
ЭКЗЕМПЛЯР**

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический
университет имени Максима Танка»

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

А.Б.Маковчик

2023 г.

Регистрационный № УД 21-01-01-2023/уч.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ
СЕМЬЯМ ВОСПИТАННИКОВ В УКРЕПЛЕНИИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной
дисциплине для специальности:
1-01 01 01 Дошкольное образование

2023 г.

Учебная программа составлена на основе Образовательного стандарта высшего образования I ступени ОСВО 1-01 01 01-2021 (20.04.2022, №82) и учебного плана специальности 1-01 01 01 Дошкольное образование (15.07.2021, №001-2021/y)

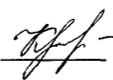
СОСТАВИТЕЛИ:

О.В. Леганькова, заведующий кафедрой общей и детской психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;
И.А. Белокурская, старший преподаватель кафедры общей и детской психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

О.С. Машарская, главный научный сотрудник научно-исследовательского отдела учреждения образования «Белорусская государственная академия искусств», кандидат психологических наук;
М.Ф. Бакунович, доцент кафедры психологического обеспечения профессиональной деятельности Института психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий ГУО «Детский сад № 239 г. Минска»  Т.А. Кузьмич

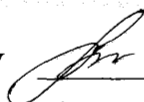
РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой общей и детской психологии факультета дошкольного образования учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (№10 от 19.06.2023 г.).

Заведующий кафедрой  О.В. Леганькова

Научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка» (протокол №6 от 21.06.2023 г.).

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует.

Методист учебно-методического отдела БГПУ  А.В. Виноградова

Директор библиотеки БГПУ

 Н.П. Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная программа учреждения высшего образования по учебной дисциплине «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» разработана для учреждений высшего образования обеспечивающих, обучение по специальности Дошкольное образование.

Психологические умения и навыки эффективного взаимодействия с семьями воспитанников являются структурными компонентами профессиональной компетентности педагогического работника. Изучение феномена психологического здоровья, понимание общих и индивидуальных закономерностей укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста является основой для формирования профессиональной психологической культуры педагогического работника.

Учебная дисциплина «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» направлена на подготовку к использованию психолого-педагогических эффективных методов и приёмов укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста, к эффективному решению профессиональных задач межличностного взаимодействия в учреждении дошкольного образования, на повышение коммуникативной компетентности будущих педагогических работников во взаимодействии с законными представителями воспитанников.

Цель учебной дисциплины: обогащение практическими навыками и умениями укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста, формирование профессиональной психологической культуры в области взаимодействия с семьями воспитанников.

Задачи учебной дисциплины:

формирование теоретических знаний в области психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста;

формирование теоретических знаний в области межличностного взаимодействия с законными представителями воспитанников;

обучение навыкам решения актуальных проблем укрепления психологического здоровья воспитанников в контексте гуманизации образования;

развитие практических умений эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников;

стимулирование потребности будущих педагогов в профессиональном личностном росте, повышении психологической культуры;

формирование стремления к совершенствованию профессиональной компетентности педагога.

Место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста.

Дисциплина «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» является составляющей профессиональной подготовки специалистов высшей

квалификации и включена в структуру компонента учреждения высшего образования учебного плана для специальности «Дошкольное образование».

Востребованность дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» объясняется также тем, что она обеспечивает функционирование междисциплинарных связей и способствует систематизации знаний студентов по циклу специальных учебных дисциплин «Детская психология», «Дошкольная педагогика», «Психология развития», «Педагогическая психология», создаёт условия для развития профессиональных компетенций, способности к решению противоречий, возникающих в ходе организации психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников, способности к оптимальному выбору и реализации психолого-педагогических программ на основе личностно-ориентированного и индивидуально-дифференцированного подходов.

Требования к освоению учебной дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» определены образовательным стандартом, который разработан с учетом компетентностного подхода.

Изучение учебной дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» должно обеспечить формирование у студентов специальной компетенции (СК-25): владеть методикой организации психолого-педагогической поддержки семей воспитанников для укрепления психологического здоровья детей.

В результате изучения учебной дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» студент должен знать:

основные подходы к определению психологического здоровья, уровни, показатели психологического здоровья;

условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста;

факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста;

средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников.

В результате изучения учебной дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» должен уметь:

использовать знания о способах укрепления психологического здоровья воспитанников в образовательном процессе;

использовать средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников;

применять техники и приёмы эффективного взаимодействия в профессиональной деятельности;

оказывать психолого-педагогическую поддержку семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей.

В результате изучения учебной дисциплины «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» должен владеть:

способами укрепления психологического здоровья воспитанников в образовательном процессе;

навыками эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников;

формами работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей.

Учебная дисциплина по выбору студентов «Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей» предусматривает использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (психологические тренинги, игры, дискуссии, психологические упражнения, анализ педагогических ситуаций и т.д.) с целью формирования и развития у студентов профессиональных навыков укрепления психологического здоровья и эффективного взаимодействия. В ходе практических занятий предусмотрен самостоятельный подбор и проведение студентами упражнений и игр, направленных на снятие стресса, укрепление психологического здоровья, овладение техниками эффективного взаимодействия.

Всего на изучение учебной дисциплины по дневной форме получения образования отводится 108 часов (3 з.е.), из них аудиторных 52 часов (20 часов лекции, 26 часов практические занятия, 6 часов лабораторные занятия). Текущая аттестация проводится в соответствии с учебным планом по специальности в форме зачета (7 семестр). Самостоятельная (внеаудиторная работа) – 56 часов.

На изучение учебной дисциплины на заочной форме получения образования (полный срок обучения) отводится 108 часов (3 з.е.), из них аудиторных 12 часов. Распределение аудиторных часов по видам занятий: 6 часов лекций, 6 часов практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с учебным планом по специальности: на заочной форме получения образования в форме зачета (5 курс).

На изучение учебной дисциплины на заочной форме получения образования (сокращенный срок обучения) отводится 108 часов (3 з.е.), из них аудиторных 12 часов. Распределение аудиторных часов по видам занятий: 6 часов лекций, 6 часов практических занятий. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с учебным планом по специальности: на заочной форме получения образования (сокращенный срок обучения) в форме зачета (4 курс).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БЮДЖЕТА УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

Название учебной дисциплины	Семестр	Количество часов учебных занятий						Самостоятельная (внеаудиторная) работа	Форма промежуточной аттестации
		всего	аудиторных	Из них					
				лекции	практические	лабораторные	УСР		
Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении психологического здоровья детей	7	108	52	20	26	6		56	зачет
Всего часов	7	108	52	20	26	6		56	зачет

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1 Основные подходы к определению психологического здоровья

Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.). Уровни и виды здоровья. Психическое, психологическое, социальное и соматическое здоровье.

Критерии здоровья: показатели работы организма, способность к эффективному функционированию, способность к адаптации, к саморегуляции, отсутствие болезни, субъективное благополучие. Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие».

Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева). Уровни психологического здоровья. Показатели психологического здоровья.

Психологические ресурсы стрессоустойчивости.

Тема 2 Личность и психологическое здоровье

Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения здоровья в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева). Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью. Отношение к здоровью как система ценностных суждений. Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью.

Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения.

Тема 3 Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста

Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.).

Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.

Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.

Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза.

Тема 4 Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста

Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.

Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).

Стили семейного воспитания. Эффективное родительство.

Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования

Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.

Тема 5 Факторы риска нарушения психологического здоровья

Объективные факторы нарушения психологического здоровья, или факторы среды. Факторы семейного воспитания.

Субъективные факторы нарушения психологического здоровья, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.

Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.

Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу:

Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом возрасте. Факторы риска нарушения психологического здоровья в раннем возрасте. Факторы риска нарушения психологического здоровья в дошкольном возрасте.

Тема 6 Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников

Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников

Развитие приемов общения. Эмпатия в общении.

Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков.

Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.

Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.

Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи.

Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.

Тема 7 Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей

Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.

Родительская конференция. Групповые консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам.

Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Посещение семьи на дому. Индивидуальные консультации. Анкетирование

Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки–передвижки. Родительская газета. Видеосъемка.

Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.

Тема 8 Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей

Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии.

Игра как один из базовых методов психологического тренинга. Классификация видов игр (ситуационно-ролевые, творческие, имитационные, дидактические, организационно-деятельностные, деловые игры) и возможности их использования. Роль игры в преодолении скованности и напряженности участников тренинга.

Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов.

Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники.

Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств.

Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции (саморегуляция, физическая и чувственная релаксация). Психогимнастические упражнения.

Учебно-методическая карта учебной дисциплины
«Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении
психологического здоровья детей» (дневная форма получения образования)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа студента (внеаудиторная)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4		5	6	7	8
1	Основные подходы к определению психологического здоровья 1 Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.). 2 Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева). 3 Уровни психологического здоровья. 4 Показатели психологического здоровья. 5 Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие». 6 Психологические ресурсы стрессоустойчивости.	2	2			6	1–4	Проверка конспектов. Дискуссия.
2	Личность и психологическое здоровье 4 Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева). 5 Концепция отношений личности В.Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью. 6 Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью. 7 Личностные факторы психологического здоровья:	2	2			6	1–4	Проверка эссе «Мое психологическое здоровье». Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья личности.

	жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения						
3	Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста 1 Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.). 2 Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста. 3 Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста. 4 Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза.	2	2		6	1–4	Устный опрос. Проверка конспектов. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья воспитанников.
4	Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста 1 Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста. 2 Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби). 3 Стили семейного воспитания. Эффективное родительство. 4 Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования 5 Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.	2	2		6	1–4	Проверка конспектов. Анализ стилей привязанности и стилей семейного воспитания.
5	Факторы риска нарушения психологического здоровья 1 Объективные факторы, или факторы среды. Факторы семейного воспитания.	2	2		8	1–4	Ролевая игра с представлением разных типов темперамента и характера воспитанников,

	2 Субъективные факторы, обусловленные индивидуально-личностными особенностями. 3 Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья. 4 Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу: 5 Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом возрасте. 6 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников в раннем возрасте. 7 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников в дошкольном возрасте.							анализ их предрасположенности к нарушению психологического здоровья.
6	Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников 1 Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников 2 Развитие приемов общения. Эмпатия в общении. 3 Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков. 4 Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению. 5 Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание. 6 Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи. 7 Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.	2	6	2		8	1–4	Обсуждение тематических сообщений студентов о средствах эффективного взаимодействия и их использования. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на формирование умения эффективного использования разных средств эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников
7	Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей 1 Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги. 2 Родительская конференция. Групповые	4	6	2		8	1–4	Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников

	консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам. 3 Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Индивидуальные консультации. Анкетирование. 4 Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки-передвижки. Родительская газета. Видеосъемка. 5 Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.							Проверка конспектов наглядно-информационных форм работы с законными представителями воспитанников. Составление п проверка анкет для законных представителей воспитанников.
8.	Интерактивные методы работы - как эффективное сотрудничество с семьей 1 Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии. 2 Игра как один из базовых методов психологического тренинга. 3 Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов. 4 Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники. 5 Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств. 6 Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции. Психогимнастические упражнения.	4	4	2		8	1–4	Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников
	Всего	20	26	6		56		зачет

Учебно-методическая карта учебной дисциплины
«Организация психолого-педагогической поддержки семьям воспитанников в укреплении
психологического здоровья детей» (заочная форма получения образования)

Номер раздела, занятия	Название раздела, темы	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа студента (внеаудиторная)	Литература	Формы контроля знаний
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	Управляемая самостоятельная работа студента			
1	2	3	4		5	6	7	8
1	Основные подходы к определению психологического здоровья 1 Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.). 2 Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева). 3 Уровни психологического здоровья. 4 Показатели психологического здоровья. 5 Соотношение понятий «здоровье» и «благополучие». 6 Психологические ресурсы стрессоустойчивости.	1					1–4	Проверка конспектов. Дискуссия.
2	Личность и психологическое здоровье 1 Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева). 2 Концепция отношений личности В.Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью. 3 Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью. 4 Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузальной атрибуции (оптимизм и	1					1–4	Проверка эссе «Мое психологическое здоровье». Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья личности.

	пессимизм, локус контроля), стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения							
3	Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста 1 Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.). 2 Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста. 3 Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста. 4 Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза.	1	1				1–4	Устный опрос. Проверка конспектов. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья воспитанников.
4	Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста 1 Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста. 2 Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби). 3 Стили семейного воспитания. Эффективное родительство. 4 Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования 5 Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.	1	1				1–4	Проверка конспектов. Анализ стилей привязанности и стилей семейного воспитания.
5	Факторы риска нарушения психологического здоровья 1 Объективные факторы, или факторы среды. Факторы семейного воспитания. 2 Субъективные факторы, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.	1	1				1–4	Ролевая игра с представлением разных типов темперамента и характера воспитанников, анализ их предрасположенности к

	3 Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья. 4 Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу: 5 Факторы риска нарушения психологического здоровья в младенческом возрасте. 6 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников в раннем возрасте. 7 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников в дошкольном возрасте.						нарушению психологического здоровья.
6	Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников 1 Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников 2 Развитие приемов общения. Эмпатия в общении. 3 Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков. 4 Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению. 5 Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание. 6 Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи. 7 Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.	1	1			1–4	Обсуждение тематических сообщений студентов о средствах эффективного взаимодействия и их использования. Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на формирование умения эффективного использования разных средств эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников
7	Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей 1 Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги. 2 Родительская конференция. Групповые консультации. Групповые собрания законных представителей воспитанников. Клубы по интересам.		1			1–4	Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников Проверка конспектов наглядно-информационных

	3 Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников. Индивидуальные беседы. Индивидуальные консультации. Анкетирование. 4 Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников. Родительские уголки. Памятки для родителей. Папки-передвижки. Родительская газета. Видеосъемка. 5 Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников. Блог. Веб-форум. Онлайн-семинары. Вебинары. Сайт. Чат.						форм работы с законными представителями воспитанников. Составление и проверка анкет для законных представителей воспитанников.
8.	Интерактивные методы работы - как эффективное сотрудничество с семьей 1 Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии. 2 Игра как один из базовых методов психологического тренинга. 3 Упражнение, возможности его использования в процессе психологических тренингов. 4 Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники. 5 Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств. 6 Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация. Медитативные техники, их функции. Психогимнастические упражнения.	1				1–4	Анализ проведения студентами тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников
	Всего	6	6				зачет

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Антоненя, Т. Л. Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей: семинары-тренинги : пособие для педагогов учреждений дошк. образования / Т. Л. Антоненя, И. А. Стовбыра. – 4-е изд. – Мозырь : Выснова, 2021. – 83 с.
2. Практикум по психологическому здоровью [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, А. В. Ковалевская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/27336>. – Дата доступа: 14.06.2023.
3. Тренинг педагогического общения [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / сост.: О. В. Леганькова, Е. П. Чеснокова, И. А. Белокурская // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <http://elib.bspu.by/handle/doc/27337>. – Дата доступа: 14.06.2023.
4. Формирование доверительных отношений с родителями детей старшего дошкольного возраста : метод. рекомендации : в 2 ч. / Гродн. обл. ин-т развития образования ; сост.: Л. М. Тарантей, С. Р. Хамылева. – Гродно : ГрОИРО, 2018. – Ч. 1. – 144 с.

Дополнительная литература

1. Го, Кэ. Эмоциональное благополучие детей старшего дошкольного возраста в организованной двигательной деятельности : учеб.-метод. пособие / Го Кэ. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2022. – 108 с.
2. Дубровина, И. В. Феномен «психологическое благополучие» в контексте социальной ситуации развития / И. В. Дубровина // Вестн. практ. психологии образования. – 2020. – Т. 17, № 3. – С. 9–21.
3. Коломинский, Я. Л. Психология и мы. Введение в психологическую культуру : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования / Я. Л. Коломинский. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2017. – 260 с.
4. Малейчук, Г. И. Психологическое здоровье личности: клинико-феноменологический подход : монография / Г. И. Малейчук. – Брест : Брест. гос. ун-т, 2009. – 205 с.
5. Организация сотрудничества детского сада и семьи : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / сост. О. Г. Ксенда. – Мозырь : Белый Ветер, 2006. – 92 с.
6. Осипов, Е. Д. Педагогика семьи : пособие для студентов пед. специальностей вузов / Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Каф. педагогики ; под ред. А. Н. Сендер. – Брест : БрГУ, 2008. – 158 с.

7. Осипова, М. П. Педагогическое взаимодействие с семьей: научно-методические основы : монография / М. П. Осипова, Е. Д. Осипов ; Брест. гос. ун-т, Науч.-метод. центр «Школа – семья». – Брест : БрГУ, 2020. – 237 с.
8. Панько, Е. А. О самооценности детства и ее поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск : Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.
9. Панько, Е. А. Психологическое здоровье ребенка: о путях и способах его укрепления в семье / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова, Т. М. Недвецкая ; под общ. ред. Е. А. Панько. – СПб. : Речь, 2014. – 176 с.
10. Погодина, Е. К. Теория и практика социально-педагогической работы с семьей : учеб.-метод. пособие для студентов учреждений высш. образования / Е. К. Погодина, С. Г. Туболец. – Минск : Белорус. гос. пед. ун-т, 2019. – 160 с.
11. Рабочая тетрадь по учебной дисциплине «Организация взаимодействия педагога с семьей дошкольника» для специальностей 1-01 01 01 «Дошкольное образование» / Белорус. гос. пед. ун-т ; сост.: Н. Е. Никонова, М. С. Мельникова. – Минск : БГПУ, 2020. – 60 с.
12. Семенова, Е. М. Психологическое здоровье ребенка и педагога : пособие для педагогов учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Е. М. Семенова, Е. П. Чеснокова ; под ред. Е. А. Панько. – Мозырь : Белый Ветер, 2010. – 174 с.
13. Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учеб. и практикум для акад. бакалавриата, для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям и специальностям / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев ; Моск. гор. психол.-пед. ун-т. – М. : Юрайт, 2015. – 423 с.
14. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Вес. БДПУ. Сер. 1, Педагогіка. Псіхалогія. Філасофія. – 2021. – № 3. – С. 60–65.
15. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье ребенка. Работа с детьми, находящимися в группе риска нарушения психологического здоровья [Электронный ресурс] : web-лекция / Е. П. Чеснокова // YouTube. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=8RSGm3N9IpU>. – Дата доступа: 14.06.2023.
16. Чеснокова, Е. П. Художественная деятельность как средство укрепления психологического здоровья ребенка в условиях сотрудничества учреждения дошкольного образования и семьи / Е. П. Чеснокова, А. С. Матвейчик, И. А. Юшкевич // Детство в пространстве социокультурных образовательных практик : сб. науч. тр. конф. «Детство в пространстве социокультурных образовательных практик», Минск, 19 нояб. 2019 г., / Белорус. гос. пед. ун-т ; редкол.: О. Н. Анцыпирович [и др.] ; под общ. ред. О. Н. Анцыпирович. – Минск, 2019. – С. 407–412.

Требования к выполнению самостоятельной работы студентов

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Основные подходы к определению психологического здоровья	6	Изучение теоретического материала темы, подготовка схемы: «Уровни и показатели психологического здоровья»	Подготовка конспектов, тематического словаря.
2	Личность и психологическое здоровье	6	Изучение теоретического материала темы. Эссе «Мое психологическое здоровье». Подготовка тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья личности	Подготовка содержания тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического здоровья личности.
3	Психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста	6	Изучение теоретического материала темы, письменный анализ структуры психологического здоровья.	Подготовка содержания тренингового занятия, нацеленного на укрепление психологического воспитанников дошкольного возраста.
4	Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста	6	Изучение теоретического материала темы. Подбор примеров разных типов темперамента и характера воспитанников.	Ролевая игра с представлением разных типов темперамента и характера воспитанников, анализ их предрасположенности к нарушению психологического здоровья.
5	Факторы риска нарушения психологического здоровья	8	Изучение теоретического материала темы. Конспект тренингового занятия, нацеленного на формирование умения эффективного использования разных средств эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников.	Обсуждение тематических сообщений студентов о средствах эффективного взаимодействия и их использования. Подготовка тренингового занятия, нацеленного на формирование умения эффективного использования разных средств эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников.

6	Средства эффективного взаимодействия с законными представителями воспитанников	8	Изучение теоретического материала темы. Конспект наглядно-информационных форм работы с законными представителями воспитанников.	Подготовка тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников Проверка конспектов наглядно-информационных форм работы с законными представителями воспитанников. Составление и проверка анкет для законных представителей воспитанников.
7	Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей	8	Изучение теоретического материала темы. Конспект тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников.	Подготовка содержания тренингового занятия, нацеленного на эффективное взаимодействие с законными представителями воспитанников.
8	Интерактивные методы работы – как эффективное сотрудничество с семьей	8	Изучение теоретического материала темы. Конспект тренингового занятия с использованием различных интерактивных методов.	Подготовка содержания тренингового занятия с использованием различных интерактивных методов.
	Итого	56		

Перечень используемых средств диагностики результатов учебной деятельности

Для контроля качества образования используются следующие средства диагностики:

- устный опрос во время занятий;
- проверка конспектов тренинговых занятий, нацеленных на укрепление психологического здоровья воспитанников;
- анализ проведения тренинговых занятий, нацеленных на психологическое просвещение законных представителей воспитанников;
- составление картотеки игр и упражнений, нацеленных на укрепление психологического здоровья воспитанников и их законных представителей; студентов и воспитателей учреждений дошкольного образования;
- подбор наиболее эффективных техник групповой работы с воспитанниками дошкольного возраста;
- разработка студентом авторской программы тренингов, нацеленных на формирование коммуникативной культуры субъектов образовательного процесса;
- письменные контрольные работы;
- составление и проверка анкет для законных представителей воспитанников;
- зачет.

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов

Планирование внеаудиторной самостоятельной работы осуществляется по каждой теме в объёме выделенных часов по учебному плану:

– для овладения знаниями: работа с учебным материалом (первоисточники, материалы, полученные по сети Интернет); работа с конспектами практических занятий; конспектирование текстов; ответы на контрольные вопросы; работа со словарями и справочниками; подготовка тезисов для выступления на практическом занятии, конференции; подготовка рефератов и т.д.;

– для формирования умений и навыков: решение задач педагогического взаимодействия, анализ их вариативных решений; проектирование и моделирование различных видов тренинговых занятий, создание авторской программы тренинга для субъектов образовательного процесса (педагогических работников, студентов-будущих воспитателей учреждений дошкольного образования, воспитанников дошкольного возраста и их законных представителей) и т.д.

Методы самостоятельной работы студентов:

- наблюдение за единичными и групповыми объектами (ребёнком, педагогическим работником, педагогическим общением, общением в детской группе);
- сравнительно-аналитические наблюдения;
- учебное конструирование (конспекты занятий-тренингов для субъектов образовательного процесса (педагогических работников, студентов-будущих воспитателей учреждений дошкольного образования, воспитанников дошкольного возраста и их законных представителей));
- решение профессиональных задач;
- работа с различными источниками информации;
- исследовательская деятельность.

Практические навыки студентов закрепляются при создании авторской программы тренинга для субъектов образовательного процесса (педагогических работников, студентов-будущих воспитателей учреждений дошкольного образования, воспитанников дошкольного возраста и их законных представителей).

Структура программы

1. Титульный лист.
2. Введение (актуальность проведения тренинга общения для субъектов образовательного процесса (педагогических работников, студентов-будущих воспитателей учреждений дошкольного образования, воспитанников дошкольного возраста и их законных представителей)).
3. Теоретический блок (раскрываются основные понятия, цель, задачи по теме, теоретическое обоснование методов).
4. Практический блок (содержатся приемы, техники, игры и упражнения по теме).
5. Список использованной литературы.

Текстовое содержание программы студенты дополняют компьютерной презентацией.

**Примерные вопросы к зачету по учебной дисциплине
«Организация психолого-педагогической поддержки семьям
воспитанников в укреплении психологического здоровья детей»**

- 1 Понятие психологического здоровья (И.В. Дубровина, О.В. Хухлаева, В.Э. Пахальян и др.).
- 2 Критерии психологического здоровья (О.В. Хухлаева).
- 3 Уровни психологического здоровья.
- 4 Показатели психологического здоровья.
- 5 Психологические ресурсы стрессоустойчивости.
- 6 Здоровье в системе жизненных ценностей. Понятие отношения к здоровью в отечественной науке (Г.С. Никифоров, И.В. Журавлева).
- 7 Концепция отношений личности В. Н. Мясищева как основа исследований отношения к здоровью.
- 8 Когнитивный, эмоциональный и мотивационный компоненты отношения к здоровью.
- 9 Личностные факторы психологического здоровья: жизнестойкость, психологическая устойчивость, чувство связности, стиль каузалной атрибуции (оптимизм и пессимизм, локус контроля).
- 10 Личностные факторы психологического здоровья: стратегии преодоления стресса, защитные механизмы, личностные черты, мотивационная сфера, представления о мире, межличностные взаимоотношения
- 11 Психологическое здоровье в дошкольном возрасте (Е.А. Панько, Е.М. Семёнова, Е.П. Чеснокова и др.).
- 12 Условия формирования психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.
- 13 Психолого-педагогические условия становления психологически здоровой личности воспитанников дошкольного возраста.
- 14 Полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза, как основа психологического здоровья.
- 15 Факторы укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста
- 16 Влияние факторов среды на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста.
- 17 Стили привязанности и их влияние на психологическое здоровье воспитанников дошкольного возраста (Дж. Боулби).
- 18 Стили семейного воспитания.
- 19 Эффективное родительство.
- 20 Основные направления укрепления психологического здоровья в условиях семьи и учреждения дошкольного образования
- 21 Формирование психологической культуры личности, как фактора психологического здоровья.
- 22 Факторы риска нарушения психологического здоровья

23 Объективные факторы риска нарушения психологического здоровья или факторы среды. Факторы семейного воспитания.

24 Субъективные факторы риска нарушения психологического здоровья, обусловленные индивидуально-личностными особенностями.

25 Индивидуальные особенности как внутренние факторы нарушения психологического здоровья.

26 Психологические характеристики темперамента и характера, обуславливающие пониженную устойчивость к стрессу:

27 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников младенческого возраста.

28 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников раннего возраста.

29 Факторы риска нарушения психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.

30 Средства общения во взаимодействии с законными представителями воспитанников

31 Развитие приемов общения. Эмпатия в общении.

32 Навыки установления контакта. Навыки активного слушания. Развитие речевых навыков.

33 Эмоции в общении. Навыки коррекции эмоционального состояния партнера по общению.

34 Нарушение общения. Рефлексивное и нерефлексивное слушание.

35 Пути достижения эффективности взаимодействия: культура речи, культура выражения чувств и самоподачи.

36 Барьеры в общении. Педагогическая рефлексия.

37 Формы работы с законными представителями воспитанников по укреплению психологического здоровья детей

38 Коллективные формы работы с законными представителями воспитанников. Деловые и ролевые игры. Тренинги.

39 Индивидуальные формы работы с законными представителями воспитанников.

40 Наглядно-информационные формы работы с законными представителями воспитанников.

41 Информационно-коммуникационные формы работы с законными представителями воспитанников.

42 Интерактивные методы работы - как эффективное сотрудничество с семьей.

43 Групповая дискуссия, возможности Классификация видов групповой дискуссии.

44 Игра как один из базовых методов психологического тренинга.

45 Классификация видов игр (ситуационно-ролевые, творческие, имитационные, дидактические, организационно-деятельностные, деловые игры) и возможности их использования.

46 Упражнение, как интерактивный метод работы, возможности его использования в процессе психологических тренингов.

47 Методы, направленные на развитие социальной перцепции: вербальные, невербальные техники.

48 Проективное рисование: диагностика и интерпретация взаимоотношений в семье, затруднений в общении, изучение неосознаваемых чувств.

49 Телесно-ориентированные методы. Чувственное осознание и мышечная релаксация.

50 Медитативные техники, их функции (саморегуляция, физическая и чувственная релаксация).

51 Психогимнастические упражнения.

ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Название дисциплины с которой требуется согласование	Кафедра обеспечивающая изучение этой дисциплины	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
1	2	3	4
Детская психология	Кафедра общей и детской психологии	Изменений нет	Протокол №10 от 19.06.2023
Психология развития	Кафедра общей и детской психологии	Изменений нет	Протокол №10 от 19.06.2023
Педагогическая психология	Кафедра общей и детской психологии	Изменений нет	Протокол №10 от 19.06.2023