

Мишина Анастасия Викторовна

аспирант

ФГБОУ ВО «Московский педагогический
государственный университет»

г. Москва

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация: здоровье детей младшего дошкольного возраста является важной психолого-педагогической проблемой. В этом возрасте наблюдается формирование внутренней картины здоровья, своеобразного эталона здоровья на физическом, психическом и личностном уровнях в виде особого отношения его личности к своему здоровью, которое выражается в осознании его ценности и активно-позитивном стремлении к его совершенствованию.

Ключевые слова: дети дошкольного возраста, психологическое здоровье, психическое здоровье.

Психическое здоровье включает совокупность психических характеристик, обеспечивающих динамическое равновесие и возможность выполнения социальных функций. Психологическое здоровье тесно связано с высшим духовным развитием ребенка в процессе раскрытия потенциалов становления его личности [2].

Основными проблемами, связанными с формированием психологического здоровья детей младшего дошкольного возраста, являются.

1. Эмоциональное благополучие. Дети в этом возрасте могут испытывать эмоциональные переживания и стресс. Важно учить их управлять своими эмоциями, развивать эмоциональную интеллектуальность и помогать им строить положительные отношения со сверстниками и взрослыми.

2. Развитие навыков социального поведения. Младшие дошкольники приобретают навыки общения, сотрудничества с другими детьми и взрослыми.

Важно создать для них безопасную и поддерживающую среду, где они бы могли развиваться в социальном плане.

3. Формирование психического здоровья. Дети младшего дошкольного возраста могут столкнуться с проблемами, связанными с развитием речи, памяти, мышления, формированием произвольного поведения, детских видов деятельности, творческой и двигательной активности, самоконтроля. Важно обращать внимание на ранние признаки возникающих проблем и обеспечивать своевременную помощь и поддержку.

4. Развитие когнитивных навыков. Младший дошкольный возраст является периодом интенсивного умственного развития, поэтому важно способствовать качественному переходу ребенка от наглядных форм мышления к образным и связанным с ним развитием психических процессов восприятия, памяти, воображения.

5. Социальная адаптация. Дети младшего дошкольного возраста могут испытывать трудности при адаптации в новом окружении, таком как детский сад или школа. Они чувствительны к изменениям в расписании, к стилю взаимодействия со взрослыми. Психологи и педагоги должны поддерживать этих детей, помогать им адаптироваться и развивать навыки самостоятельности и независимости.

6. Стимулирование развития. Важно обеспечить стимулирующую среду для развития детей младшего дошкольного возраста. Это включает предоставление разнообразных опытов, игр и активностей, которые способствуют развитию их физической, когнитивной и эмоциональной сфер.

7. Поддержка родительского участия. Родители играют важную роль в психологическом здоровье детей младшего дошкольного возраста. Психологи и педагоги могут сотрудничать с родителями, предоставлять им информацию и ресурсы, а также помогать им развивать навыки для поддержки психологического благополучия своих детей.

8. Внимание к индивидуальным особенностям. Каждый ребенок уникален и имеет свои индивидуальные особенности и потребности. Психологи и педаго-

ги должны учитывать эти особенности и адаптировать свои подходы и стратегии для эффективной работы с каждым ребенком.

Для эффективного решения возникающих у ребенка психолого-педагогических проблем, связанных с формированием психологическим здоровьем детей младшего дошкольного возраста, рекомендуется сотрудничество между психологами и педагогами, регулярное наблюдение за развитием и становлением личности ребенка. Важно также информировать родителей о важности психологического здоровья и обучать их методам психологической поддержки детей.

Большое значение имеет также раннее выявление и решение психологических проблем детей младшего дошкольного возраста имеет. Психологи и педагоги должны быть осведомлены о нормативном развитии для данного возраста и иметь инструменты для обнаружения возможных отклонений в развитии, чтобы своевременно предоставить необходимую помощь [1].

Для успешного решения психолого-педагогических проблем детей младшего дошкольного возраста важно сотрудничество всех заинтересованных сторон, включая психологов, педагогов, родителей, администрацию и специалистов по детскому развитию.

Регулярный режим дня способствует психологическому благополучию детей младшего дошкольного возраста. Установление стабильного расписания, включающего время для сна, питания, игры и обучения, помогает им чувствовать себя в безопасности и предсказуемости, что благотворно влияет на их эмоциональное и психологическое состояние.

Игра является основным способом изучения и развития для детей младшего дошкольного возраста. Педагоги и психологи могут создавать стимулирующую игровую среду, которая способствует развитию их фантазии, творческого мышления, социальных навыков и самооценки.

Педагоги и родители должны использовать позитивные методы воспитания и коммуникации с детьми. Признание достижений, поддержка, похвала и

выражение любви создают оптимальную атмосферу для их психологического развития.

Важно помнить, что психологическое здоровье детей младшего дошкольного возраста является ключевым фактором успешного развития в будущем. Посвящение внимания этой проблеме и предоставление поддержки и помощи ребенку в этом важном этапе его жизни поможет ему достичь оптимального психологического благополучия.

Дети младшего дошкольного возраста могут испытывать эмоциональные трудности, такие как стресс, тревога или раздражительность. Педагоги и психологи должны быть внимательными к подобным проявлениям и предоставить детям поддержку и навыки саморегуляции эмоций.

Количество факторов, влияющих на психологическое здоровье детей младшего дошкольного возраста, велико. Важно создавать поддерживающую, стимулирующую и заботливую среду для их развития, а также оказывать им психологическую помощь и поддержку при необходимости. Работа педагогов и психологов в этой области – ключевой фактор в успешном решении данной проблемы. Говоря другими словами для формирования психологического здоровья ребенка младшего дошкольного возраста необходимо создание в дошкольной образовательной организации благоприятной образовательной и воспитательной здоровьесберегающей среды в виде совокупности пространственных, предметных комплексов, педагогических технологий и условий жизнедеятельности, способствующих раскрытию физического, интеллектуального, эмоционального, социального и творческого потенциалов здоровья ребенка [4].

Список литературы

1. Безуглая Т.И. Особенности проблемы психологического здоровья / Т.И. Безуглая // Современные тенденции развития системы образования: материалы Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. участием (Чебоксары, 16 июня 2020 г.) – Чебоксары: Среда, 2020. – С. 162–166. – ISBN 978-5-907313-44-6.

2. Клименко М.И. Уровни и факторы формирования психологического здоровья ребенка / М.И. Клименко // Социально-психологические проблемы со-

временной семьи: ценность материнства и детства: сборник материалов X Всероссий. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых с международным участием (Армавир, 30 сент. 2022 г.) / редкол.: И.В. Ткаченко [и др.] – Чебоксары: Среда, 2022. – С. 27–29. – ISBN 978-5-907561-77-9.

3. Родин Ю.И. Научные основы здоровьесбережения детей дошкольного возраста / Ю.И. Родин. – М.: МПГУ, 2019. – 300 с. DOI 10.23682/94657. EDN RIJWYN

4. Родин Ю.И. Здоровьесберегающая среда дошкольной образовательной организации / Ю.И. Родин, Е.Н. Лушникова, А.В. Мишина // Дошкольник. Методика и практика воспитания и обучения. – 2022. – №3. С. 29–35; №4. – С. 20–25. EDN DDCZRG