Актуальные проблемы сохранения психологического здоровья учащихся

Педагог-психолог ЦПМПК:
Комашко М.П.

Тверь, 2024

В современной науке здоровье рассматривается как естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений.

Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, при этом социальный аспект является основным в определении понятия «психологическое здоровье».

Норма психологического здоровья- это наличие определенных психологических характеристик, позволяющих человеку адаптироваться в системе социальных отношений и включаться в них, активно взаимодействуя с социальной средой.

Эколого-антропологические понятия

- **Здоровье** – комплексный многоаспектный феномен, включающий медицинские, социальные, педагогические и другие компоненты. Здоровье – непреходящая ценность для человека и человеческого сообщества;
- **Человек** – биосоциальное существо, он связан как с природой, так и с социальной средой;
- **Здоровье человека** – основной показатель качества окружающей среды;
- **Здоровье детей** – основной критерий в оценке эффективности системы образования.

СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ

Вид здоровья	Показатели	Нарушения
Физическое	Состояние всех органов и системы организма (зрение, слух, опорно-двигательный аппарат)	• слабослышащие (тугоухие); • неслышащие (глухие); • слабовидящие; • незрячие (слепые); • нарушение опорно-двигательного аппарата.
Физиологическое	Особенности нейрофизиологии и нейроанатомии человека, функционирование всех органов и систем, особенности ЦНС	• органическая мозговая дисфункция; • гиперкинетический синдром; • нарушения созревания высших психических функций; • разнообразные неврозоподобные рассстройства
Психологическое	• нормативный уровень всех психических процессов; • адаптивность; • стрессотолетарность (выносливость, устойчивость, работоспособность) • произвольная регуляция психических функций и поведения	• ММД (астенического, реактивного и ригидного типа); • ЗПР (конституционального, соматогенного, психогенного и церебрально-органического генеза); • ИН (легкая, умеренная, тяжелая, глубокая); • поведенческие расстройства (СДВГ, агрессия, страхи, аутизм)

Факторы формирования психологического здоровья

- **Генотип человека** (совокупность наследственных особенностей индивида);
- **Окружающая среда** (природная, предметная, социальная, культурная);
- **Внутренний мир человека** (эмоции, чувства, желания, настроение и т.д).

Таким образом, психологическое здоровье может быть рассмотрено с двух позиций:

- как взаимодействие личности и среды;

- как процесс активного развития самой личности;

Психологическое здоровье личности испытывает воздействие со стороны различных социальных связей (семьи, школы, общение с друзьями и сверстниками.

Человек сам создает в психической жизни свои качества, осознает свою неповторимость как ценность и не позволяет разрушать ее другим людям.

Психологическое здоровье есть критерий образования

Важными критериями формирования здоровья у обучающихся являются:

- ✓ Развитие мотивации ребенка к сохранению собственного здоровья;
- ✓ Осознание личной мотивации к познанию себя, своего тела, своих потребностей;
- ✓ Усиление внутренней психологической активности у ребенка;
- ✓ Приобретение и развитие гигиенических и оздоровительных навыков.

Типология нарушений психологического здоровья

В качестве основание для выделения типов нарушений психологического здоровья используется время его появления в онтогенезе и преобладающий стиль реагирования ребенка на внутренний конфликт: активный или пассивный.

Стиль активный (агрессия)	**Основное содержание внутреннего конфликта**	**Стиль пассивный (страхи)**
Защитная агрессивность	Отсутствие чувства безопасности, недоверие к окружающему миру	Страх уничтожения, смерти
Деструктивная агрессия	Чувство несвободы, зависимости	Социальные страхи (не соответствия нормам, образцам поведения, заданными окружающими взрослыми)
Демонстративная агрессия	Чувство одиночества, стремление к близости, сопричастности	Страх самовыражения (замкнутость, пассивность, отчуждение)

ПРОГНОЗ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ НЕОДНОЗНАЧНЫЙ

1. Благоприятный вариант	- восстановление, преодоление негативных черт к подростковому возрасту
2. Неблагоприятный вариант	- асоциальное девиантное поведение, противоправные действия. Психологическое неблагополучие, усиленное воздействием неблагоприятных факторов может привести к суициду

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!