

Профилактика зависимостей у детей дошкольного возраста

«Жизнь без вредных привычек»

Проблема

Проблема зависимого поведения – пристрастия, подчиняющего себе всё поведение человека, усугубляется склонностью человеческой психики к самозащите. Выработанные пагубные привычки охраняются подсознанием, как его главное достояние. Дети дошкольного возраста наиболее уязвимы в этом отношении, и в то же время готовы усваивать правильные образцы поведения в силу специфики возраста: много сензитивных периодов развития; темп развития, степень изменений за короткий жизненный период могут быть очень высоки; нет определённой «закостенелости» – всё находится в движении, развитии; физическое развитие и психические функции окончательно не сформированы; более тесная зависимость от взрослого – физическая, эмоциональная, психологическая. Взрослый может более активно влиять на ситуацию – изменять и предоставлять условия для развития, осознанно изменять своё поведение при взаимодействии с ребенком в плане его конструктивности и эффективности, формировать нравственные общечеловеческие ценности. Дети эмоциональны, усваивают по подражанию образцы поведения, установок, которые проецируют взрослые.

Поэтому наиболее эффективна и важна работа по профилактике зависимостей в детстве, начиная с дошкольного возраста. Есть вопросы, на которые нет простых ответов, поэтому только мы вместе: педагоги и родители, можем предупредить, предотвратить, уберечь детей от пагубного воздействия зависимостей. А для этого, нам, взрослым, необходимо понять причины появления зависимостей и определить направления, методы, приёмы, средства профилактики зависимостей в дошкольном детстве.

Важно, чтобы сам ребенок овладел навыками безопасного поведения, которые в будущем помогут ему не только избежать вредных пристрастий, но и долгие годы сохранять своё здоровье, жить полноценной жизнью

Актуальность профилактической работы

В детский сад всегда поступает большой процент детей, имеющих нарушения в эмоциональной и поведенческой сферах. А развитие этих сфер свидетельствуют о психическом состоянии и развитии личности ребенка, его самосознания, волевой саморегуляции. Такие дети всегда входят в «группу риска» по зависимостям.

Игнорирование, недостаточное внимание взрослых к собственным чувствам и эмоциям, к чувствам и эмоциям детей и других взрослых приводит к нарушениям детско-родительских, семейных и межличностных отношений в социуме, что создаёт постоянное «хроническое» состояние напряжённости, из которого взрослые не знают конструктивного «выхода» и не могут предложить его ребенку.

Нарушенные детско-родительские отношения и недостаток личностного общения в семье, непонимание своего ребенка провоцирует детей на саомозащиту в виде психопатологического поведения или пассивную защиту – уход в зависимости, патологические привычки.

Родители часто сами оказываются «заложниками» зависимого поведения, не справляясь со стрессами современной жизни и предлагают детям образцы такого поведения.

Желание ребенка обратить на себя внимание, стремление избавиться от скуки или успокоиться, особенности характера и методы воспитания в семье, психологические или физические проблемы ребенка.

Привычка – это поведение, образ действий, склонность, ставшие для человека обычным, постоянным в жизни

- **К вредным привычкам относят те, что с одной стороны, наносят вред здоровью самого человека (курение, пьянство, употребление наркотиков и т.п.) с другой – вызывают неприязненное, а порой и брезгливое отношение окружающих к совершаемым действиям.**
- **К наиболее распространенным вредным привычкам у детей можно отнести привычки: *сосать пальцы; грызть ногти, карандаши, ручки; брать в рот посторонние предметы; ковыряться в носу; ябедничать; обманывать сверстников и старших; брать чужие вещи; сквернословить (употреблять ненормативную лексику); курить, пить, употреблять наркотики; быть зависимым от телевизора и компьютера и другие.***

Особенности профилактики зависимостей в работе с детьми дошкольного возраста

- Первое, что необходимо сделать родителям для того, чтобы уберечь детей от угрозы зависимости – это избавиться от неё самим;**
- Здоровое психологическое пространство ребенка (наглядный пример правильного поведения в семье, обществе);**
- Недопустимо прямое акцентирование внимания детей дошкольного возраста на проблеме наркомании, алкоголизма, курения и т.п.**
- Недопустимо запугивание детей негативными последствиями употребления неполезных продуктов, бездействием в плане физической культуры;**
- Главный и самый важный акцент делается на воспитании у детей общей культуры здоровья, закреплённое системой действий и системой позитивных установок как первоосновы будущих полезных привычек;**

Особенности профилактики зависимостей в работе с детьми дошкольного возраста

В основе взаимодействия с ребенком должен лежать подход, основанный на аффективном (эмоциональном) воспитании. Этот подход концентрируется на ощущениях, переживаниях ребенка, его навыках их распознавать и управлять ими;

Используемые формы, средства и методы предполагают ориентацию на выбор (полезное-неполезное, правильное-неправильное), тесно связываются для детей с позитивными эмоциями (получить удовольствие от движений, придумать интересное дело и т.п.);

Особое внимание уделяется работе с родителями: обсуждение, разъяснение причин, правил поведения родителей по профилактике зависимого поведения.



Предполагаемая система работы по профилактике зависимого поведения способствует созданию положительного микроклимата в детском саду, объединению одной идеей и темой содружества педагогов, родителей (законных представителей) и детей, повышению мотивации родителей и педагогов к работе по данному направлению, психологической мотивации к принятию, пониманию, гармонизации детско-родительских отношений, отношений с другими взрослыми и взрослых между собой.