

«Лекарство от плохого настроения»

**Спокойствие
и только
спокойствие!**



СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ:

ФИЗИЧЕСКОЕ



СОЦИАЛЬНОЕ



ПСИХИЧЕСКОЕ



ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

*-состояние
человеческого
организма, при
котором все его
внутренние органы
и он в целом
способны исправно
осуществлять свои
основные функции*



СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ



*- способность жить и
общаться с другими
людьми в нашем мире*

**"Поступай с другими так, как хочешь
чтобы поступали с тобой"**

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

- состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества



Портрет психологически здорового ребенка:



веселый;

- * активный;
- * самостоятельный;
- * доброжелательный;
- * помогающий;
- * любознательный;
- * инициативным;
- * уверенным в себе;
- * открытым;

10 ОКТЯБРЯ

**Всемирный день
психологического здоровья.**













ФОТОТЕРАПИЯ





Одним из методов арт-терапии для детей является раскрашивание мандалы. Такое необычное и интересное занятие позволяет выявить психологические расстройства и скорректировать их. К тому же, мандалы для детей учат сосредотачиваться и успокаиваться гиперактивных малышей. Через рисование или раскрашивание сакральных рисунков человек самовыражается и общается со своим бессознательным.

