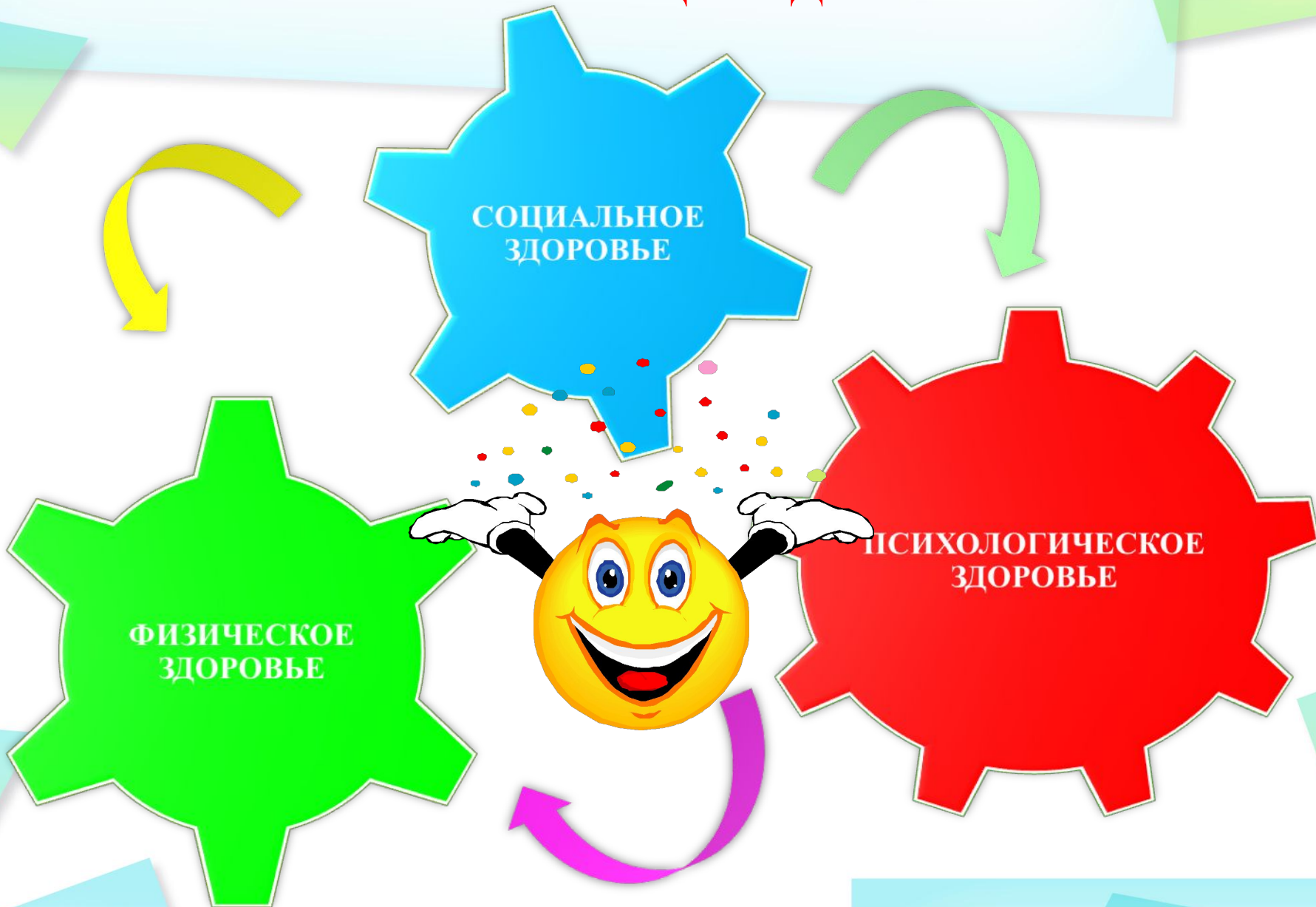




# **КАК СОХРАНИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА В УСЛОВИЯХ СЕМЬИ**

# СОСТАВЛЯЮЩИЕ ЗДОРОВЬЯ



## **ФИЗИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

характеризуется уровнем физического развития, отношением к своему здоровью как к ценности

## **СОЦИАЛЬНЫЙ АСПЕКТ**

определяет степень социальной адаптации человека в обществе, наличием предпосылок к все-сторонней активности в социуме

## **ПСИХИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

включает в себя личностные категории и характеризуется уровнем развития психических процессов со степенью регуляции эмоционально-волевой сферы

# КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

ХОРОШО РАЗВИТАЯ РЕФЛЕКСИЯ

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ

УМЕНИЕ НАХОДИТЬ СОБСТВЕННЫЕ РЕСУРСЫ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ (Л.В. ДУБРОВИНА)

ПОЛНОТА ПОВЕДЕНЧЕСКИХ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ ЛИЧНОСТИ (В.С. ХОМИК)

САМОПРИЯТИЕ И УМЕНИЕ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СВОИМИ ТРУДНОСТЯМИ БЕЗ УЩЕРБА ДЛЯ ОКРУЖАЮЩИХ

САМООБЪЕКТИВНОСТЬ КАК ЧЕТКОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СВОИХ СИЛЬНЫХ И СЛАБЫХ СТОРОНАХ

НАЛИЧИЕ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ

# Способы сохранения психологического здоровья

**ПРОЯВЛЯЙТЕ ИНТЕРЕС К ЖИЗНИ,  
СВОБОДУ МЫСЛИ, ИНИЦИАТИВУ И  
АКТИВНОСТЬ! РАДУЙТЕСЬ ЖИЗНИ!**

**УВЛЕКИТЕСЬ КАКОЙ-ЛИБО  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ! ВЕРЬТЕ В СЕБЯ!**

**ОКАЗЫВАЙТЕ ПОМОЩЬ ДРУГ ДРУГУ!**

**УВАЖАЙТЕ, ПОНИМАЙТЕ И  
ПРИНИМАЙТЕ ДРУГ ДРУГА!**

**ПРОЯВЛЯЙТЕ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ И  
УЛЫБАЙТЕСЬ ЧАЩЕ!!!**

