**Что такое психологическое здоровье?**

Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон совсем недавно. Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования  и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Если составить портрет психологически здорового человека, то мы увидим спонтанного, творческого, жизнерадостного, веселого, открытого, познающего себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Он находится в постоянном развитии и способствует развитию других людей, такой человек берет ответственность за свою жизнь, прежде всего на себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом. Это человек, находящийся в гармонии с самим собой и окружающими.

 Психологическое здоровье – это гармония между эмоциональными, интеллектуальными, телесными и психическими аспектами. Все это относится к взрослому человеку. Психологическое здоровье ребенка формируется под воздействием внутренних и внешних факторов. Одним из условий нормального психосоциального развития признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка, беседуют и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют наблюдение за ребенком.