

В.С. Меренкова

**ВНУТРЕННЯЯ КАРТИНА ЗДОРОВЬЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
В КОНТЕКСТЕ
ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**



ФЛИНТА

В. С. Меренкова

**ВНУТРЕННЯЯ КАРТИНА ЗДОРОВЬЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
В КОНТЕКСТЕ
ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ**

Монография

2-е издание, стереотипное

Москва
Издательство «ФЛИНТА»
2019

УДК 159.9:37.015.3

ББК 88.6

М 52

Рецензенты:

В.Л. Ситников, доктор психологических наук, профессор,
заведующий кафедрой прикладной психологии
Петербургского государственного университета путей
сообщения;

Л.Ю. Комлик, кандидат психологических наук, доцент кафедры
психофизиологии и педагогической психологии
Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина

Меренкова В.С.

М 52 Внутренняя картина здоровья младших школьников в контексте
детско-родительских отношений [Электронный ресурс] : монография /
В.С. Меренкова. — 2-е изд., стер. — М. : ФЛИНТА, 2019. — 116 с.

ISBN 978-5-9765-4125-2

В монографии анализируются факторы, определяющие здоровье человека. Отмечается роль семьи на протяжении всей жизни в сохранении устойчивого эмоционального состояния, оптимального для формирования здоровья. Описывается внутренняя картина здоровья как система представлений человека о том, что такое здоровье, какова его ценность, а также знание и понимание методов его поддержания и формирования. Предполагается, что наличие детально разработанный внутренней картины здоровья у человека затрудняет возникновение заболеваний, связанных с развитием стресса. Доказано, что целенаправленная работа с ребенком, связанная с осознанным подходом к своему здоровью, ведет к формированию внутренней картины здоровья, и, как следствие, к повышению устойчивости к заболеваниям. Воздействие на детей должно быть комплексным и проводиться родителями и воспитателями. Более того, среда, в которую погружена семья, должна не противоречить тому, что предлагает семья.

Книга адресована психологам, педагогам начальных классов, интересующихся проблемами воспитания здоровых детей.

УДК 159.9:37.015.3

ББК 88.6

ISBN 978-5-9765-4125-2

© Меренкова В.С., 2019

© Издательство «ФЛИНТА», 2019