равила сотрудничества

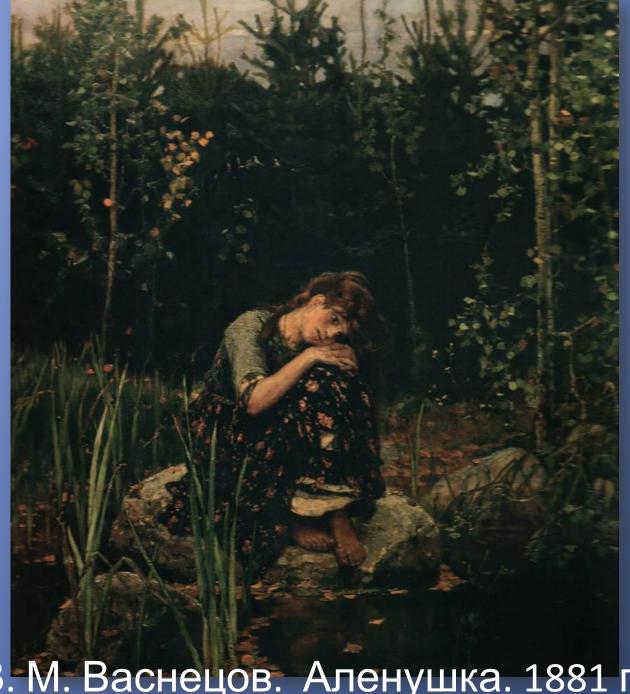
- •уважай тех, с кем работаешь;
- •старайся сохранять доброжелательные отношения с товарищами, даже если тебе что-то не нравится;
- •высказывай свое мнение, но делай это спокойно, не агрессивно;
- •не обижай других людей, не ставь их в неловкое положение;
- •не торопись делать выводы, а старайся понять других;
- •умей поддержать тех, кому что-то не удается;
- умей брать ответственность на себя, не сваливай вину на других;
- •умей отстаивать свою точку зрения;
- •научившись выслушивать чужую точку зрения, считаться с мнением других;



Почему одна и та же болезнь у разных людей протекает по-разному?

Почему порой люди вылечиваются от неиз-лечимых заболеваний?

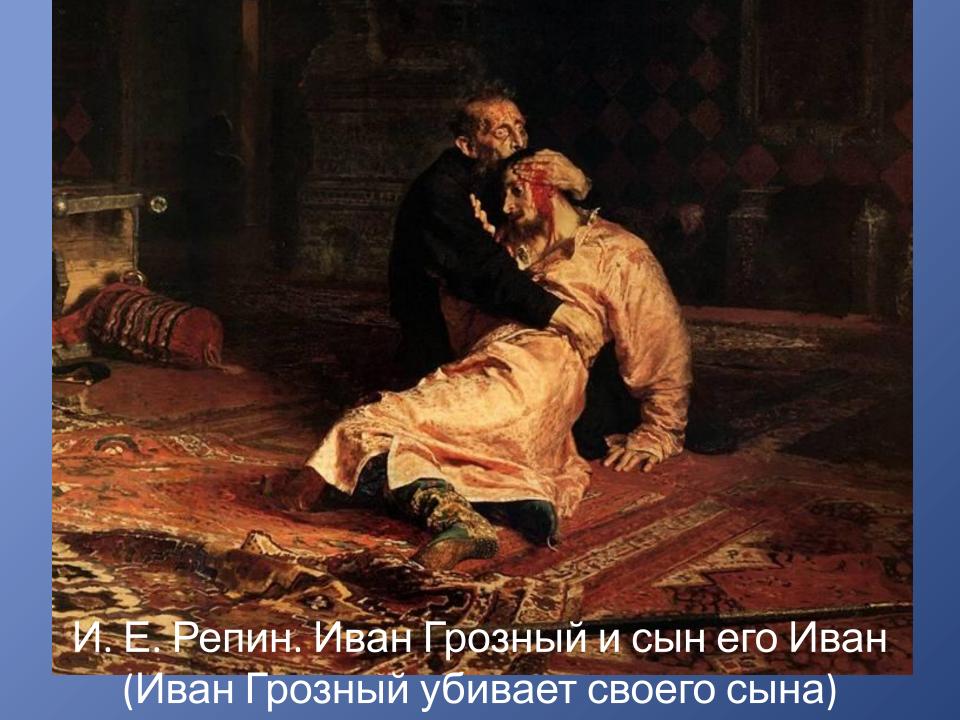
Почему у одних прооперированных онко- логических больных спустя некоторое вре-мя снова образуется опухоль, а другие рас-стаются со страшным диагнозом навсегда?



В. М. Васнецов. Аленушка. 1881 г.



Ф. М. Решетников. Опять двойка. 1952 г.





Б. М. Кустодиев. Большевик. 1920 г.





Последний день Помпеи.

Эмоции ИИХ валеологическая роль

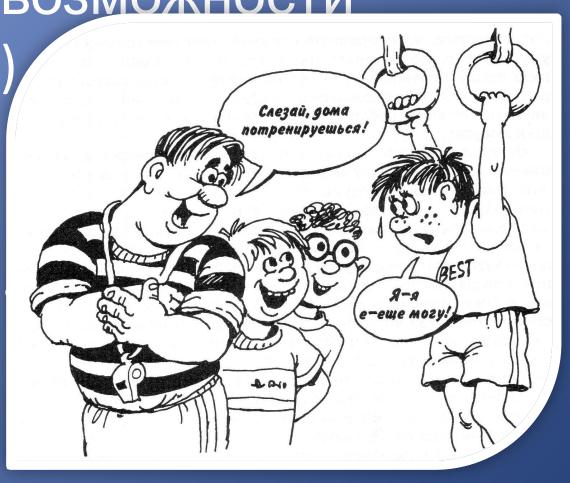
Эмоции – это все переживания, связанные с отражением окружающей действительности.





Эмоции – это переживания человека, возникающие в результате невозможности

(возможности) удовлетворен я своих потребностей



уверенност ь радость стыл

грусть страх гнев



) грусть, радость гнев, стыд, страхуверенность



СТЫД

+ -Виды эмоций



Влияют ли отрицательные эмоции на жизнь современного человека?



равила сотрудничества

- •уважай тех, с кем работаешь;
- •старайся сохранять доброжелательные отношения с товарищами, даже если тебе что-то не нравится;
- •высказывай свое мнение, но делай это спокойно, не агрессивно;
- •не обижай других людей, не ставь их в неловкое положение;
- •не торопись делать выводы, а старайся понять других;
- •умей поддержать тех, кому что-то не удается;
- умей брать ответственность на себя, не сваливай вину на других;
- •умей отстаивать свою точку зрения;
- •научившись выслушивать чужую точку зрения, считаться с мнением других;

Отчет лаборатории медицинской

Как страх, гнев и грусть влияют на здоровье человека?

Отчет лаборатории психологической

Способы преодоления отрицательных эмоций

Способы преодоления негативных

Для того чтобы побороть страх следует: • проанализировать свой страх;

- максимально понизить возможность образования ситуаций, вызывающих страх;
- заняться физическими упражнениями;
- найти для себя интересное творческое занятие (хобби)
- провести игровой эксперимент: построить искусственную модель страшной ситуации и успешно пережить ее.

Для победы над грустью:

- проанализировать случившееся, найти положительную ситуацию;
- поделиться переживаниями с близким человеком;
- физические упражнения;
- заняться творчеством.

Для преодоления агрессивности:

- проанализировать ситуации, вызывающие у вас агрессию;
- заняться физическими упражнениями (дыхательные, мимические);
- разработать для себя неагрессивный стиль общения и придерживаться его.

Отчет лаборатории валеологической

Кинезиологическая разминка

Почему одна и та же болезнь у разных людей протекает по-разному?

Почему порой люди вылечиваются от неизлечимых заболеваний?

Почему у одних прооперированных онко- логических больных спустя некоторое вре-мя снова образуется опухоль, а другие рас-стаются со страшным диагнозом навсегда?

роведенные исследования (США) показали, что большинства испытуемыхнытиков вероятность умереть была на 42% выше, чем испытуемых весельчаков.















