

Правила 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 удастся;
- 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 неизлечимых заболеваний?

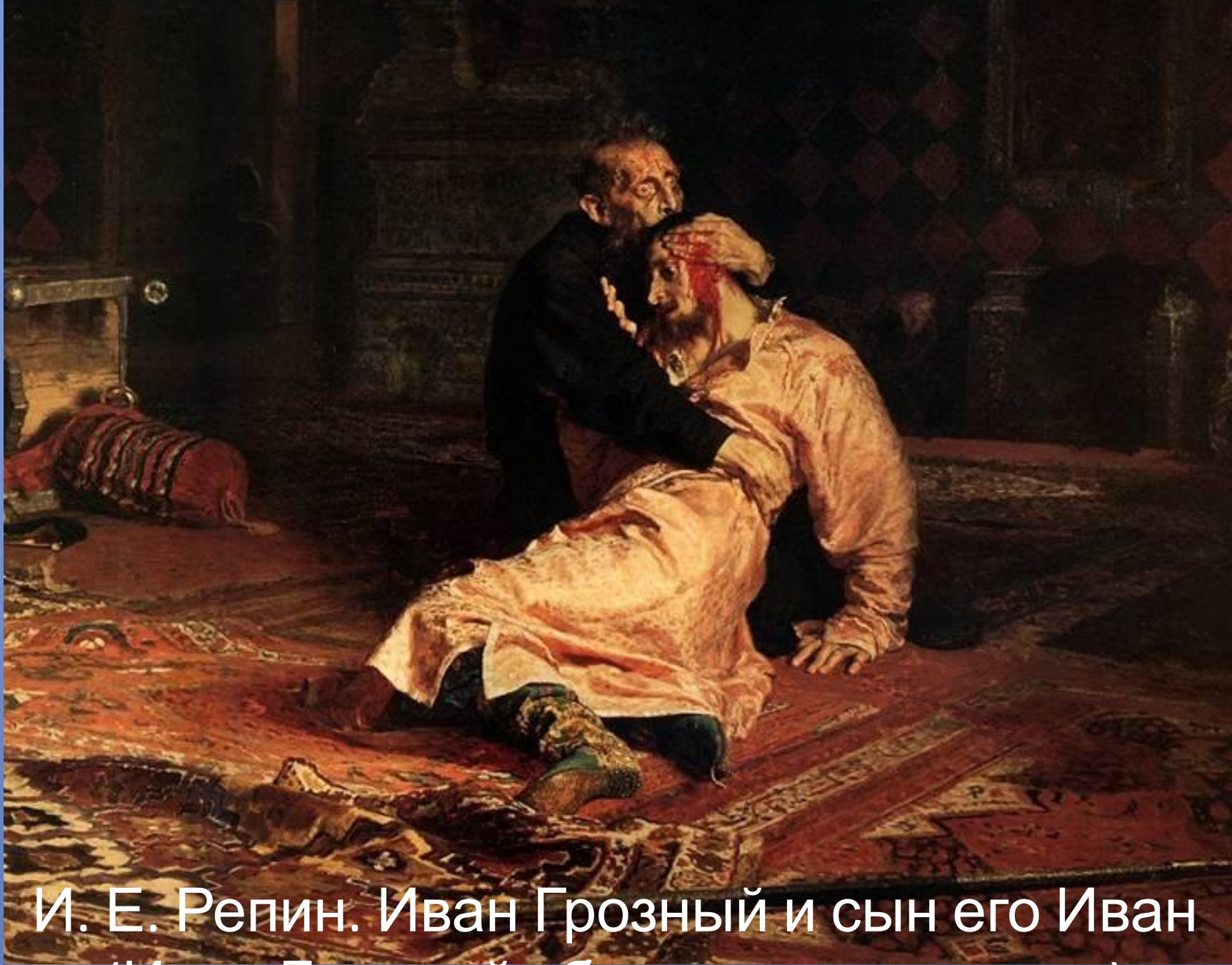
Почему у одних прооперированных онко-логических больных спустя некоторое время снова образуется опухоль, а другие расстаются со страшным диагнозом навсегда?



В. М. Васнецов. Аленушка. 1881 г.



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



И. Е. Репин. Иван Грозный и сын его Иван
(Иван Грозный убивает своего сына)

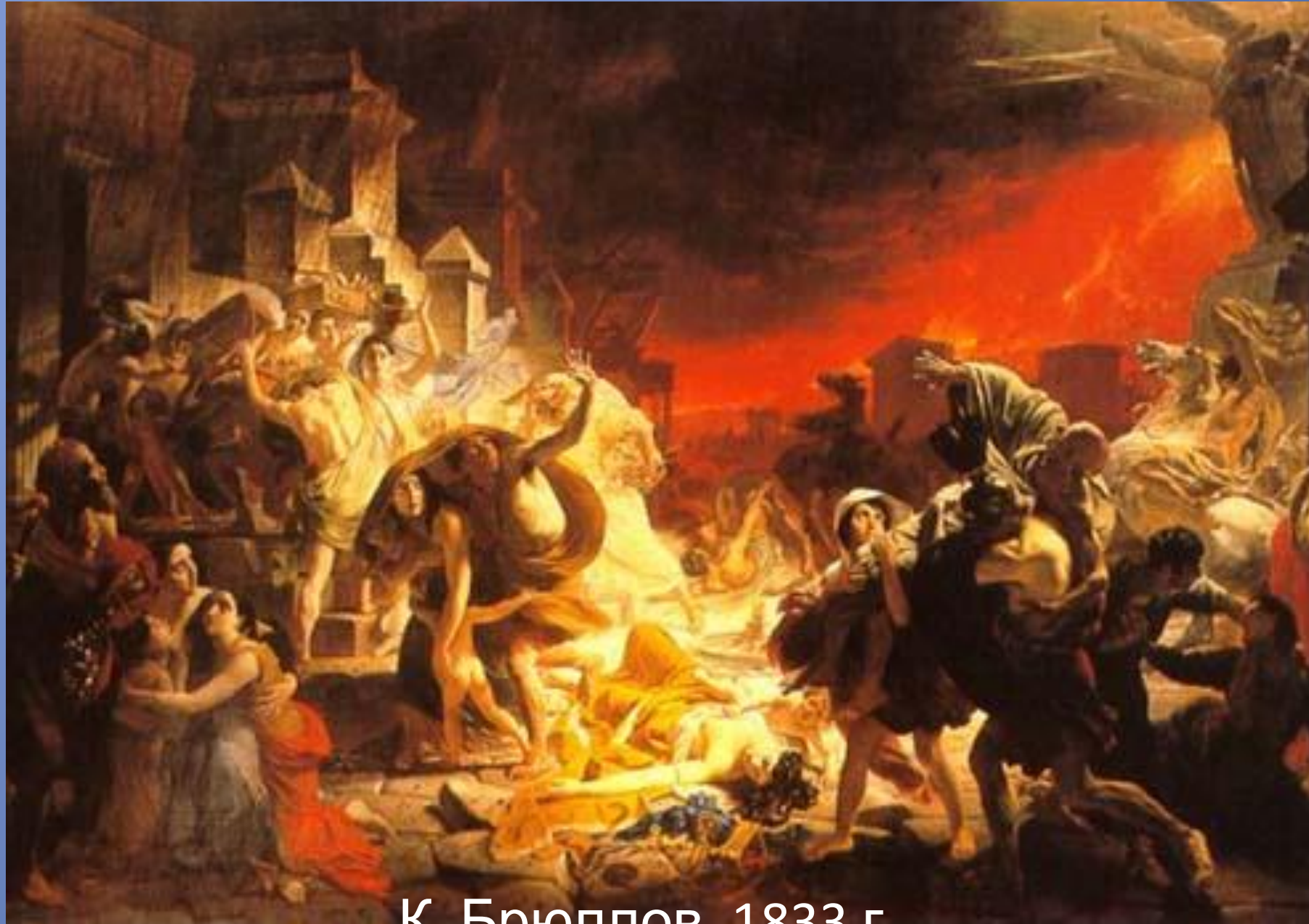


Б. М. Кустодиев. Большевик. 1920 г.



И. Е. Репин. 1880-1991 г.

Запорожцы пишут письмо турецкому султану.



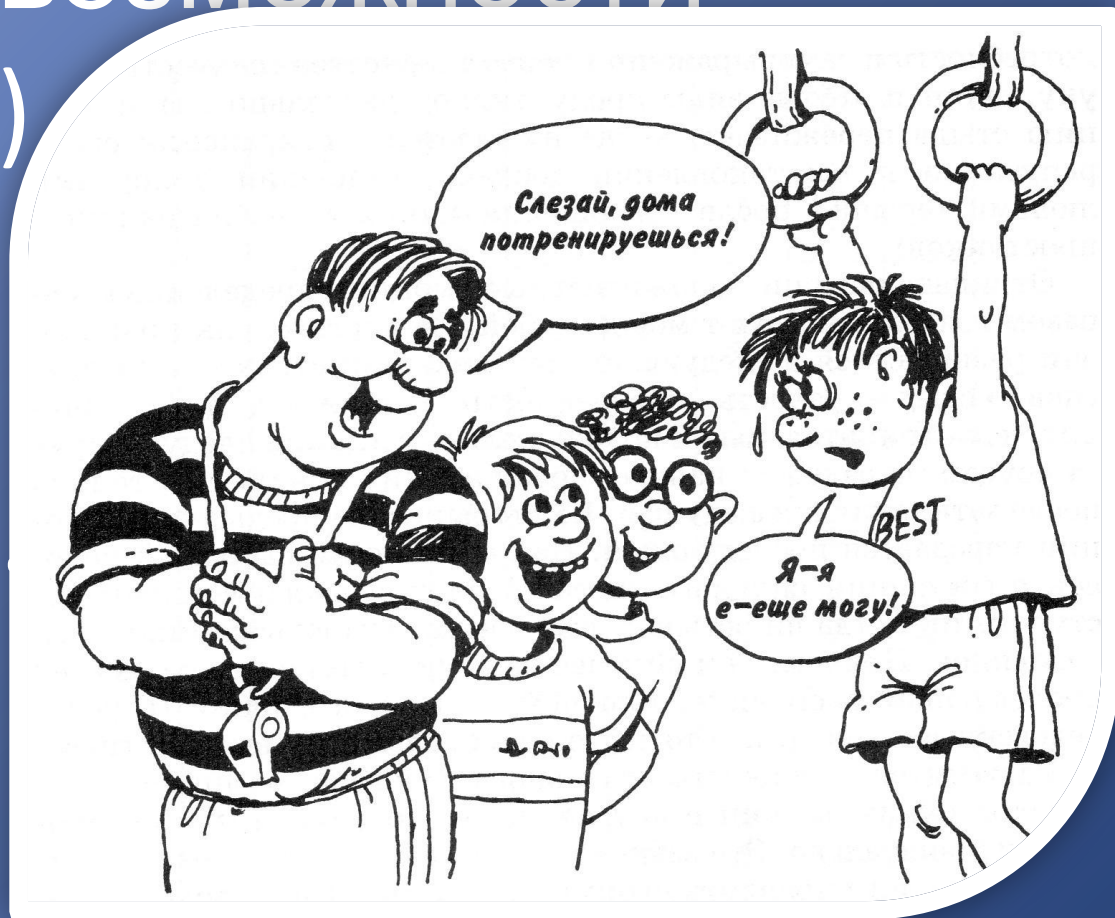
К. Брюллов. 1833 г.
Последний день Помпеи.

**Эмоции
и их
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
стыд

грусть
страх
гнев



ОСНОВНЫЕ ЭМОЦИИ

*грусть, радость гнев,
стыд, страх уверенность*



грусть



страх



гнев

+ - Виды Эмоций



радость



уверенность



стыд

Влияют ли отрицательные эмоции на жизнь современного человека?



Правила 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;
- умеешь поддержать тех, кому что-то не удается;
- умеешь брать ответственность на себя, не сваливай вину на других;
- умеешь отстаивать свою точку зрения;
- научившись выслушивать чужую точку зрения, считаться с мнением других;

Отчет лаборатории медицинской

Как

***страх, гнев и грусть
вливают
на здоровье
человека?***

Отчет лаборатории психологической

Способы преодоления отрицательных эмоций

Способы преодоления негативных

Для того чтобы побороть страх следует:

ЭМОЦИИ

- 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 время снова образуется опухоль, а другие расстаются со страшным диагнозом навсегда?

Проведенные исследования (США) показали, что у большинства испытуемых-нытиков вероятность умереть была на 42% выше, чем у испытуемых весельчаков.













