

5.3. Психология здоровья личности

Бекенжан Жанилаш Бексиыққызы
магистр педагогических наук
старший преподаватель кафедры «Педагогика»

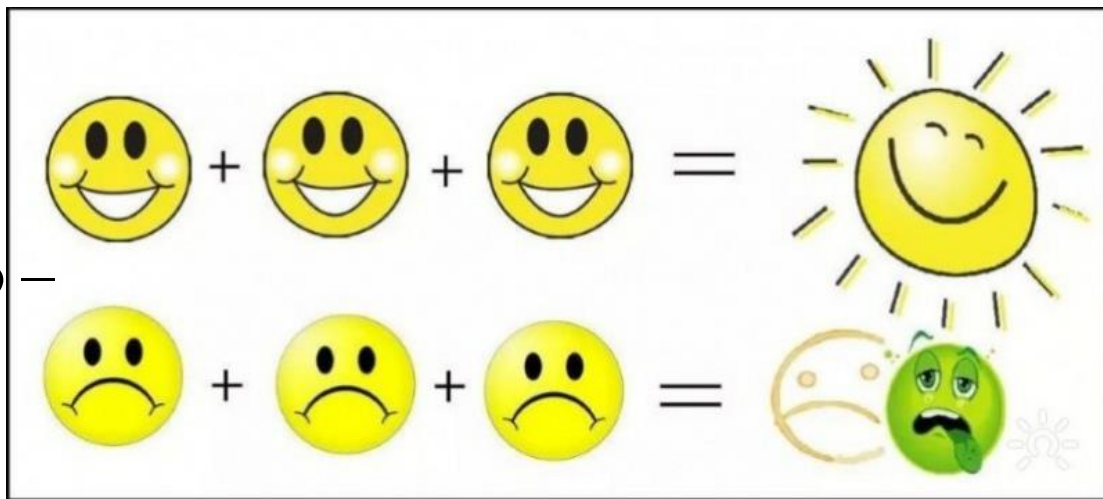


5.3. Психология здоровья личности

Здоровье.

Психологическое
(духовное) здоровье.

Отношение к здоровью —
фундаментальная
характеристика
человеческого бытия.



5.3. Психология здоровья личности

Факторы, влияющие на здоровье человека

- ☐ социально-экономические
- ☐ социально-демографические
- ☐ поведенческие
- ☐ культурные
- ☐ психологические

5.3. Психология здоровья личности



В.А. Ананьев (1907-1972)

«главным продуктом психологии здоровья должно стать совершенствование личности, через это – укрепление здоровья и через все вместе взятое – повышение уровня качества жизни»

5.3. Психология здоровья личности

В.Н. Панкратов
«Саморегуляция
психического здоровья»

Уровень и качество
психологического
здоровья



5.3. Психология здоровья личности

«Здоровье ради здоровья не нужно, оно ценно тем, что составляет неременное условие эффективной деятельности, через которую достигается счастье»

Н.М. Амосов

область исследования в США
1975 году – 200 программ
1990 году – 5000 программ

Психологическое здоровье
включает в себя понятие
«психическое здоровье»,
«физическое здоровье»

5.3. Психология здоровья личности

- В.М. Бехтерев. Психическое здоровье.
 - А. Маслоу. Самоактуализация.
- В. Франкл. Удовлетворение экзистенциальных потребностей личности.
 - Ш. Бюллер. Смысл собственной жизни.
- Л.С. Выготский. Удовлетворение возрастных потребностей
Психологическое здоровье. Норма. Альтернатива.
- В.С. Мухина, О.В. Хухлаева, Т.Н. Счастливая. Концепция психологического здоровья

5.3. Психология здоровья личности

Основные характеристики психологического здоровья:

1. Гармония личности
2. Саморегулирование
3. Принятие человеком самого себя и других людей
4. Принятие на себя ответственности за собственную жизнь
5. Удовлетворенность собственной жизнью

5.3. Психология здоровья личности

- Главные критерии психологического здоровья.
- Главная цель психологии здоровья - всестороннее совершенствование человека.



5.3. Психология здоровья личности

Нарушения
психологического
здоровья.

Типология нарушений
психологического
здоровья.

Стиль активный

Время появления и
основное содержание
внутреннего конфликта

Стиль пассивный