Др\_ Психологическое сопровождение эмоционального здоровья личности

Стр\_64

Содержание

[Введение](#_Toc6346620)

[1. Теоретические аспекты психологического сопровождения эмоционального здоровья личности](#_Toc6346621)

[1.1 Генезис понятия «эмоциональное здоровье»](#_Toc6346622)

[1.2 Особенности психологического сопровождения личности](#_Toc6346623)

[2. Эмпирическое исследование эффективности использования психологического сопровождения с целью улучшения эмоционального здоровья личности](#_Toc6346624)

[2.1 Диагностика эмоционального здоровья личности](#_Toc6346625)

[2.2 Разработка и апробация программы психологического сопровождения эмоционального здоровья личности студентов](#_Toc6346626)

[2.3 Оценка результатов исследования](#_Toc6346627)

[Заключение](#_Toc6346628)

[Список используемой литературы](#_Toc6346629)

#  Заключение

Проведенное в дипломной работе исследование позволило сделать следующие выводы.

Эмоциональное здоровье - интегральная характеристика, в которой выражены состояние эмоционального, душевного комфорта и порядка, что способствует развитию полноценной личности, сохранению ее здоровья, позволяет сформировать целостное гармоничное отношение к себе и миру, превращать негативные и порождать положительно окрашенные эмоции. Эмоциональное здоровье предоставляет возможность справляться с чрезмерным нагрузкой, депрессией и беспокойством, а также выражать и управлять своими эмоциями и чувствами. Эмоциональная стабильность является результатом целостной функциональной системы эмоциональной саморегуляции собственной деятельности. Она представляет собой системное качество личности, проявляющееся у эмоциональных, интеллектуальных, волевых компонентов психической деятельности.

Список используемой литературы

1. Послание Главы государства от 5 октября 2018 года https://bnews.kz/ru/news/opublikovan\_polnii\_tekst\_poslaniya\_prezidenta\_ot\_5\_oktyabrya\_2018\_goda

2. Кодекс Республики Казахстан от 18 сентября 2009 года № 193-IV. «О здоровье народа и системе здравоохранения», ОБЩАЯ ЧАСТЬ, РАЗДЕЛ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ, Глава 1. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ, Статья 1. Основные понятия, используемые в настоящем Кодексе, пункт 35.

3. Апряткина Е. Н. Проблема сохранения эмоционального здоровья детей дошкольного возраста // Молодой ученый. — 2017. — №11.1. — С. 4-8.

4. Литовченко О. С. Представление о здоровье в современной науке // Молодой ученый. — 2014. — №4. — С. 697-699.

5. Васильева, О.С., Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учебное пособие для вузов / О. С. Васильева, Ф.Р. Филатов. — Москва: Академия, 2001. – 352с.