

Министерство образования и науки РФ
Алтайский государственный университет

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ
УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ:
ДИАГНОСТИКА, КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ,
КОРРЕКЦИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ**

Учебное пособие



Барнаул

Издательство
Алтайского государственного
университета
2013

УДК 159.942.2
ББК 88.252.1я73
П 863

Авторы:

Л. Д. Демина (глава 1), И. А. Ральникова (главы 1, 2),
Н. З. Кайгородова (глава 4), Д. В. Труевцев (глава 3),
О. А. Сагалакова (глава 3), М. В. Яценко (глава 4)

П 863 Психологическая и психофизиологическая устойчивость личности: диагностика, консультирование, коррекция и реабилитация [Текст] : учебное пособие / Л. Д. Демина, И. А. Ральникова, Н. З. Кайгородова, Д. В. Труевцев, О. А. Сагалакова, М. В. Яценко. — Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2013. — 106 с.

SBN 978-5-7904-1398-8

Представлен материал для изучения ряда дисциплин («Психология личности», «Психология здоровья» и «Клиническая психология»). Затрагивается широкий спектр вопросов: психологическое здоровье личности с позиций субъектности и рефлексии, представления о будущем как один из аспектов здоровьесбережения, роль произвольной регуляции в стрессовых ситуациях, психологические и психофизиологические методы повышения устойчивости человека в экстремальных ситуациях и оценки резервов организма. Основное внимание уделяется механизмам и закономерностям психологической устойчивости личности.

УДК 159.942.2
ББК 88.252.1я73

*Настоящее издание опубликовано в рамках реализации
Программы стратегического развития
Алтайского государственного университета*

SBN 978-5-7904-1398-8

© Демина Л. Д., Ральникова И. А.,
Кайгородова Н. З., Труевцев Д. В.,
Сагалакова О. А., Яценко М. В., 2013
© Оформление. Издательство
Алтайского государственного
университета, 2013

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 1

Психологическое здоровье личности как основа и результат ее устойчивости.....	4
Библиографический список	29

Глава 2

Практика оптимизации представлений о будущем: психологический аспект здоровьесбережения	30
Библиографический список	46

Глава 3

Патопсихологический анализ нарушений произвольной регуляции в стрессовых ситуациях социального оценивания	47
Библиографический список	69

Глава 4

Психофизиологические подходы к повышению устойчивости человека	71
Библиографический список	85

Приложения.....	86
-----------------	----

Учебное издание

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ
УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ:
ДИАГНОСТИКА, КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ,
КОРРЕКЦИЯ И РЕАБИЛИТАЦИЯ**

Монография

Редактор Л. И. Базина
Подготовка оригинал-макета: О. В. Майер, З. К. Васильева

Издательство Алтайского государственного университета
Издательская лицензия ЛР 020261 от 14.01.1997 г.

Подписано в печать 13.09.2013.

Форма 60x84 / 16. Бумага офсетная. Печать трафаретная.

Усл. печ. л. 6,28. Тираж 100 экз. Заказ 239.

Типография Алтайского государственного университета
656049 Барнаул, ул. Димитрова, 66