



The background is a light orange color with several decorative elements: large, colorful swirls in shades of yellow, orange, and pink; and numerous small, light-colored triangles scattered throughout. The main text is centered and written in a bold, purple, cursive font.

***Учитесь
властвовать
собой!***


Исследовательская работа



Выполнена учеником 10 «А» класса
муниципального бюджетного
образовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа № 3
города Няндомы»,
Кузьмичёвым Дмитрием Андреевичем.



Научный руководитель – педагог-психолог
муниципального бюджетного
образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 3
города Няндомы»,
Карельская Елена Евгеньевна.



В здоровом организме существует равновесие между возбуждением и сдерживанием; человек ощущает себя свободным в выражении своих чувств и импульсов, но он настолько владеет собой, что может выражать их достойным и уместным способом.

А. Лоуэн



Подростковый возраст



М.В. Попова



Г.А. Цукерман

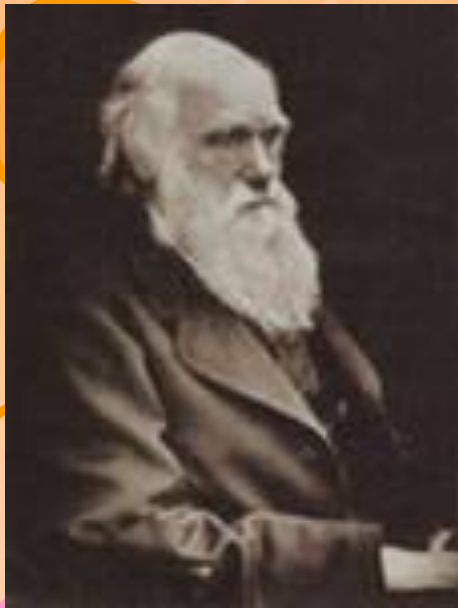
Юношеский возраст



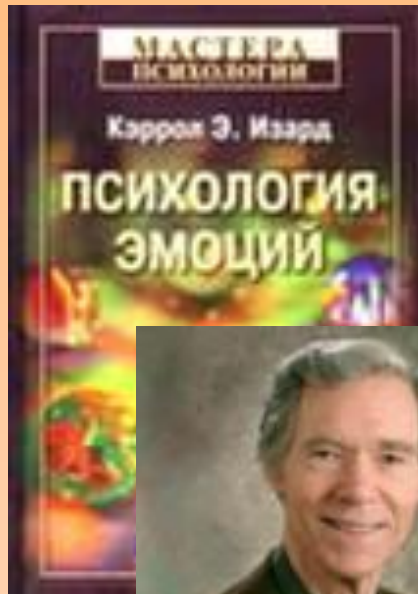
И.С. Кон



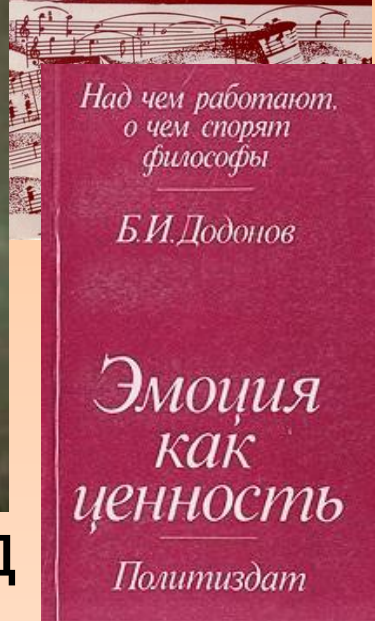
Ю. М. Орлов



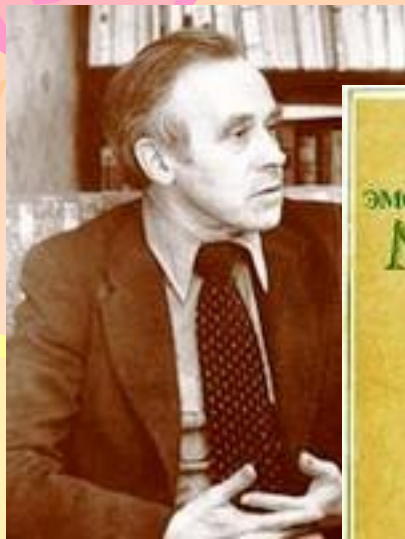
Ч. Дарвин



К. Изард



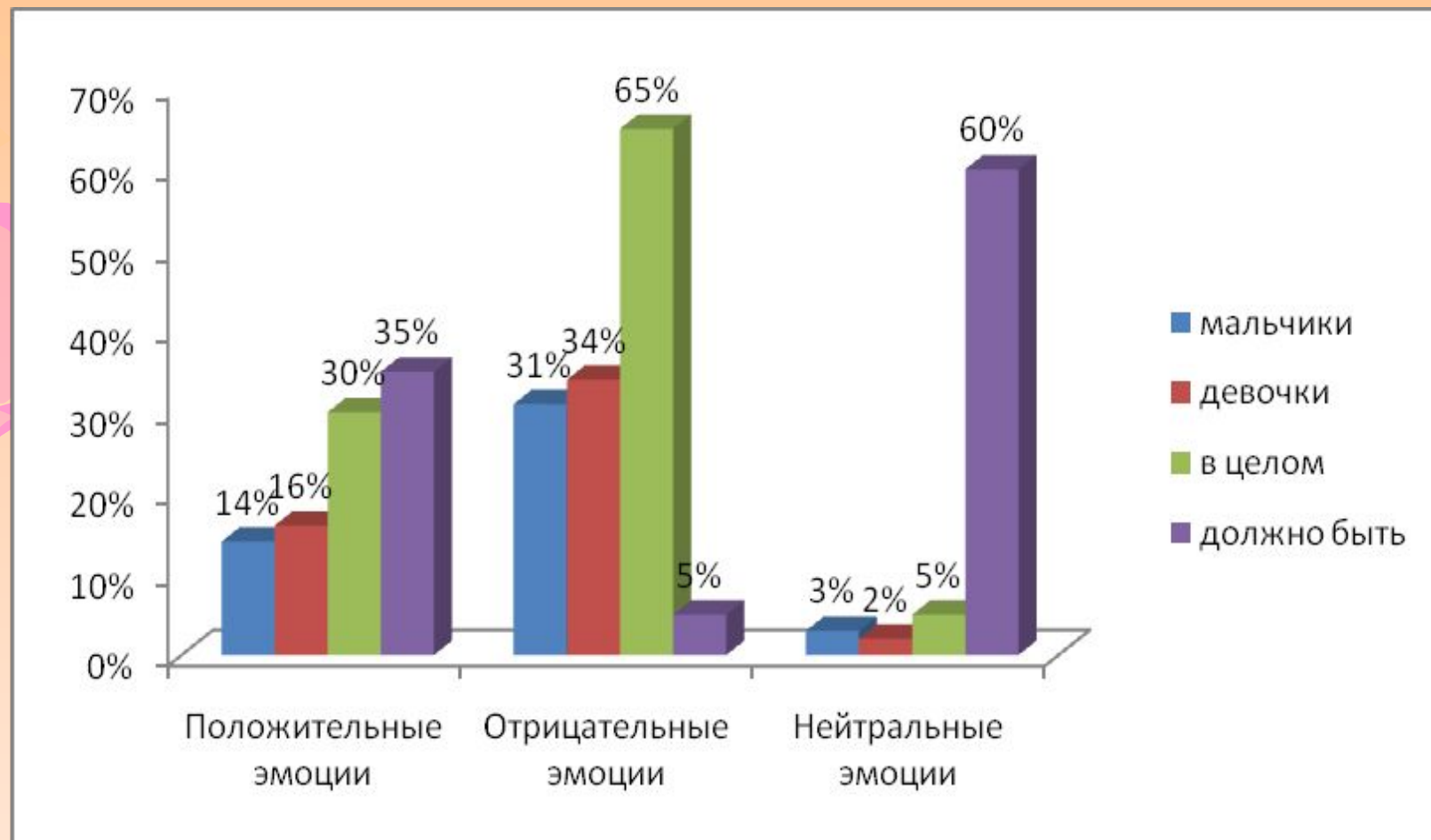
А. А. Реан



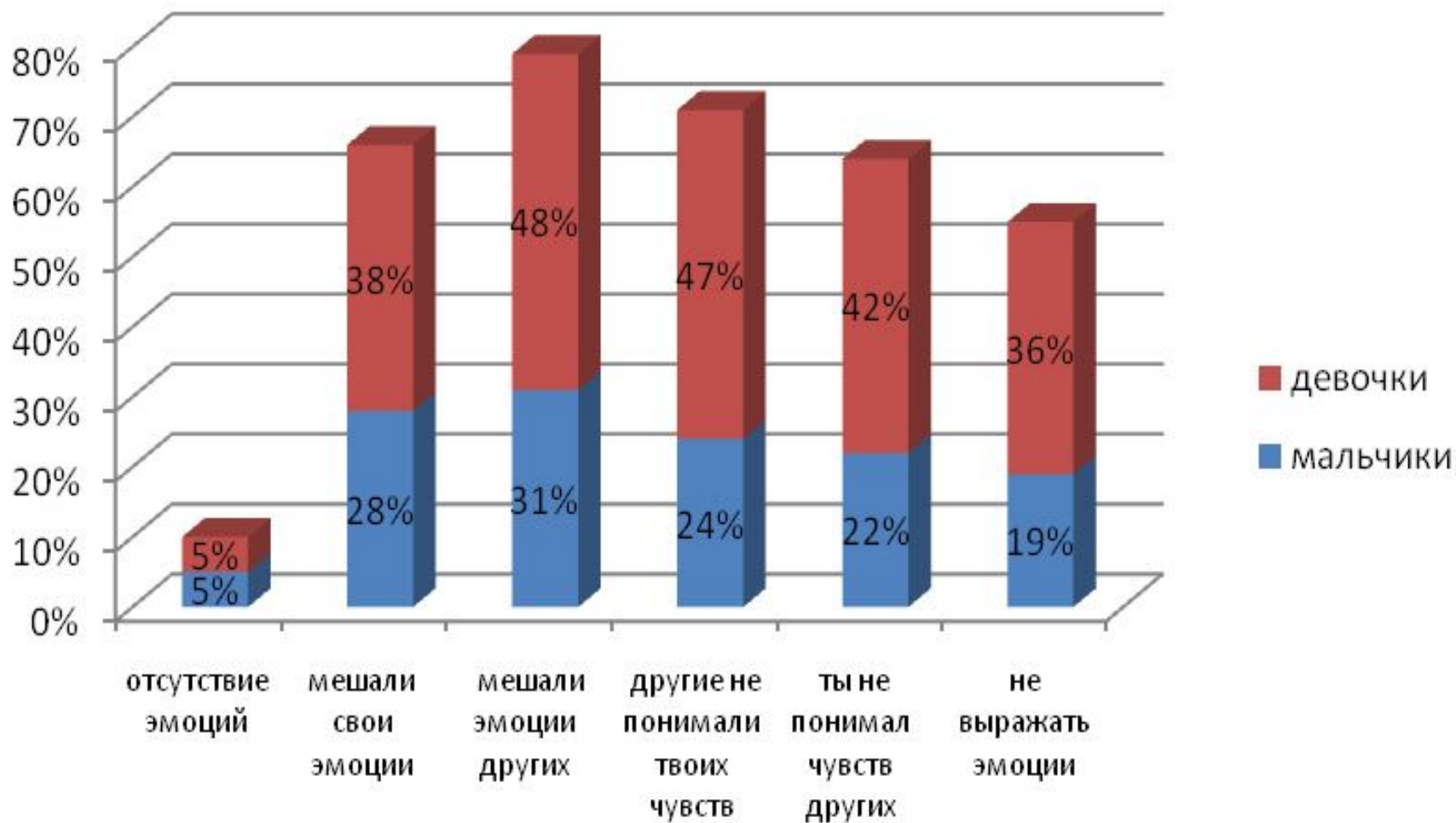
П.В. Симонов



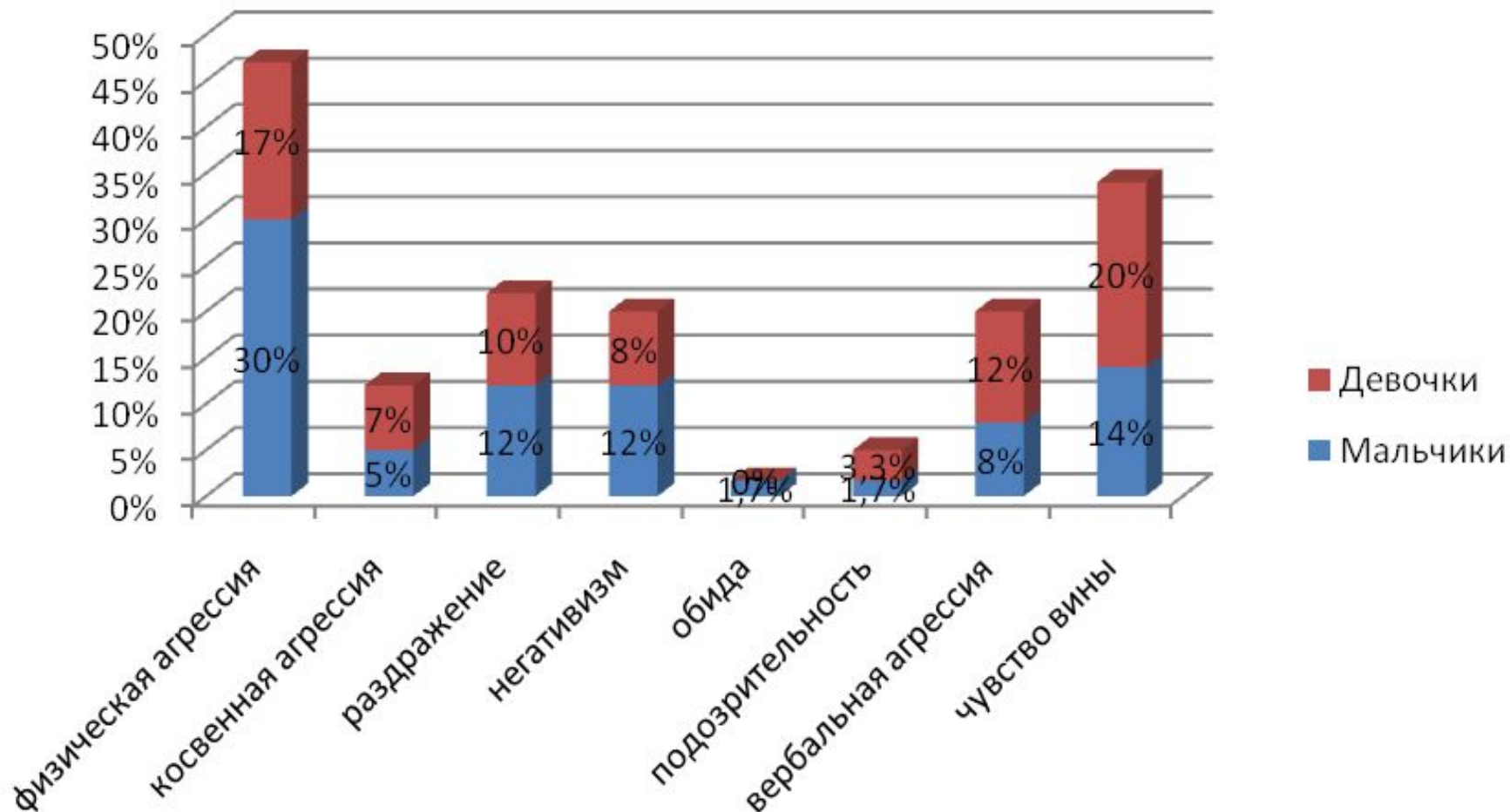
Уровень представлений учащихся об эмоциях



Отношение учащихся к собственным эмоциям и эмоциям окружающих



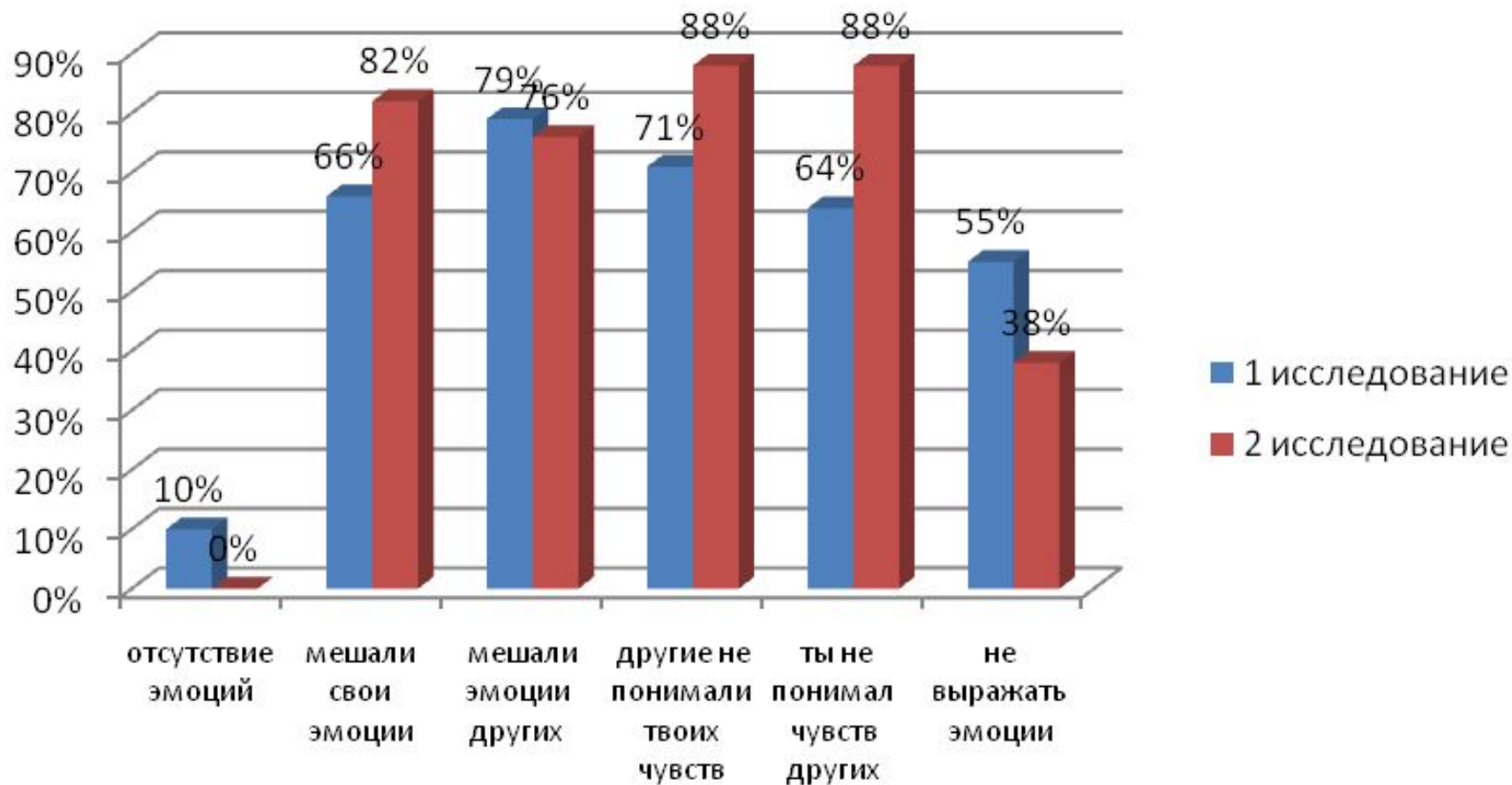
Поведение девятиклассников в конфликтной ситуации



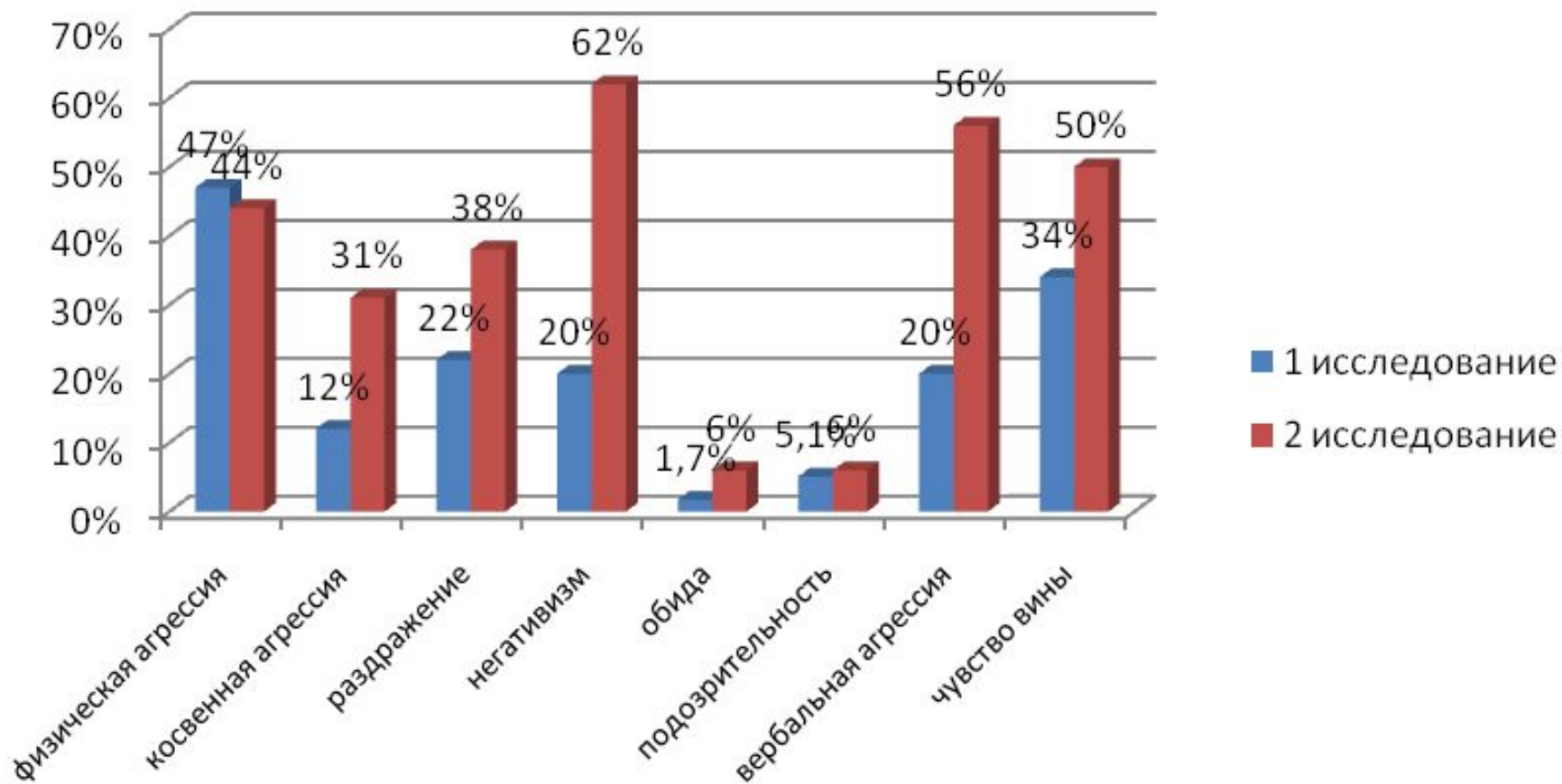
Уровень представлений учащихся об эмоциях



Отношение учащихся к собственным эмоциям и эмоциям окружающих



Поведение девятиклассников в конфликтной ситуации



Рецепт психологического здоровья

для нашего благополучного существования необходимо, чтобы мы испытывали:

- **положительных эмоций** – 35%, из них 30% должен занимать интерес и 5% – радость,
- **отрицательных эмоций** – 5%,
- **нейтральных** – 60% .



М. Литвак

The background is a light orange color with various festive elements. There are several balloons in shades of orange, yellow, and pink. Some balloons have streamers attached to them. There are also some abstract shapes and lines in the background, including a large yellow swirl on the left and a pink swirl on the right. The overall style is bright and celebratory.

**Спасибо
за внимание**