

Анатолий Фесенко



# **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЗДОРОВЬЯ**

Психология выживания

**Анатолий Фесенко**  
**Психологические**  
**аспекты здоровья.**  
**Психология выживания**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=25439724](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=25439724)  
ISBN 9785448559211*

**Аннотация**

В этой книге показаны психологические аспекты, позволяющие улучшить общее состояние здоровья, повысить эффективность лечения, ускорить процесс выздоровления. Наряду с общими подходами рассматривается пример создания защитных энергетических полей на разных этапах лечения травмы самого автора в реальной ситуации. Книга входит в серию «Психология выживания».

# **Психологические аспекты здоровья Психология выживания**

**Анатолий Фесенко**

*Редактор* Людмила Кондратьевна Пчелинцева

© Анатолий Фесенко, 2017

ISBN 978-5-4485-5921-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero



Анатолий Владимирович Фесенко.

Профессор Национального технического университета «Харьковский политехнический институт».

Мастер спорта по туризму, заслуженный путешественник России и Украины, старший инструктор лыжного и пешеходного туризма, руководитель большого количества школ по организации активного отдыха, подготовки инструкторов спортивного туризма и путешественников.

В этой книге показаны психологические аспекты, позволяющие улучшить общее состояние здоровья, повысить эффективность лечения, ускорить процесс выздоровления. Наряду с общими подходами

рассматривается пример создания защитных энергетических полей на разных этапах лечения в реальной ситуации травмы самого автора. Книга входит в серию «Психология выживания»

Начиная с древних времен вопросы единства души и тела были определяющими в философских и медицинских учениях. Базовыми постулатами при этом является то, что ход наших мыслей, когда мы воспринимаем, оцениваем и переживаем возникающие в нашей жизни события, может разрушать или наоборот улучшать здоровье, сопутствовать или препятствовать достижению желаемого результата.

Великие врачеватели прошлого и современные доктора

уже давно поняли, что для того, чтобы медицинская помощь была максимально эффективной, очень важно лечить не просто болезнь, а больного как личность, с учетом его духовного и эмоционального состояния. И уже от самого человека зависит реализация программ: жить в атмосфере страха и уныния или выбрать путь оптимизма и борьбы.



Твой выбор!

Вылечить болезнь тела без коррекции психологических проблем достаточно сложно. Постоянный негативный образ мышления, концентрация, осознанная или нет, на болезни, страх последствий всегда приводят к отрицательному влиянию на процесс выздоровления.

Существуют различные методы психологического воздействия на человека, которые помогают настроиться на оптимистический лад и быстрее справиться с болезнью.

Китайская медицина объясняет происхождение болезней человека внутренними и внешними причинами. К внутренним причинам обычно относят негативные эмоции. Любой эмоциональный стресс от возбуждения до торможения нарушает функции внутренних органов и может привести к заболеваниям.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.