

Одинцова М.А.

Психология жизнестойкости : учеб. пособие / М.А. Одинцова. — М. : ФЛИНТА : Наука, 2015. — 296 с.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
---------------	---

Раздел 1. ПОВСЕДНЕВНЫЕ И ТРУДНЫЕ СИТУАЦИИ

ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ.....	8
--------------------------------	----------

Тема 1. Понятие «ситуация» в психологии.....	8
Тема 2. Ситуации повседневной жизни.....	17
Тема 3. Трудные ситуации повседневной жизни (нормативные)....	25
Тема 4. Ситуации аномии.....	33
Тема 5. Ситуации социальной энтропии.....	51
Тема 6. Повседневные стрессы.....	65
Тема 7. Проблемные ситуации повседневной жизни.....	75

Раздел 2. ТРУДНЫЕ ЖИЗНЕННЫЕ СИТУАЦИИ, ВЫХОДЯЩИЕ ЗА РАМКИ ПОВСЕДНЕВНОСТИ. ВИДЫ, ОСОБЕННОСТИ.....

Тема 1. Катастрофа и экстремальная ситуация.....	89
Тема 2. Кризисные ситуации.....	104
Тема 3. Критическая ситуация.....	116
Тема 4. Стрессовые ситуации.....	131
Тема 5. Ситуации фрустрации.....	148
Тема 6. Конфликтные ситуации.....	158
Некоторые промежуточные итоги.....	168

Раздел 3. ПСИХОЛОГИЯ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ.....

Тема 1. Преодолевающее поведение личности в трудных жизненных ситуациях. Жизнестойкий и виктимный стили преодоления.....	173
Тема 2. Дуальная природа виктимного поведения. Существуют ли основания жизнестойкости в поведении жертвы?.....	197

Тема 3. Игровые и социальные роли жертвы как типы социально приемлемых и социально одобряемых виктимных отношений	213
Тема 4. Виктимные личностные типы. Ресурсы аутовиктимных, виктимных и гипервиктимных лиц	235
Тема 5. Жизнестойкость, жизнеспособность, жизнетворчество как основа «науки устойчивого развития личности»	251
ЛИТЕРАТУРА	270
ПРИЛОЖЕНИЯ	287
Приложение 1. Проективная методика «Образ мира»	287
Приложение 2. Проективная методика «Нарисуй свое одиночество»	288
Приложение 3. Проективная методика «Человек под дождем»	289