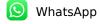
## Адаптационные возможности человека, использование внутренних ресурсов для преодоления стресса. ДРБ\_УП:УСС Без ИМ

	Фактор защиты, который использует человек для противостояния различным жизненным рискам, называется
2	К внутренним ресурсам человека относятся
3	Позитивное отношение как форма позитивного мышления заключается в том, что
4	Проактивность – это
5	Направление в психотерапии, основанное на поиске и анализе смыслов и целей в жизни – это
6	Согласно алгоритму постановки целей SMART, критерии, которым должна соответствовать цель - это
7	Минусом цели, которая сформулирована как отрицание проблемного состояния, является
8	Генеративная цель – это
9	Подход, который выражается в полной зависимости от внешних обстоятельство и людей по Стивену Кови – это
10	К хронофагам относятся
11	Время, подходящее для осуществления конкретного замысла (удобный момент, место, человек, внешние обстоятельства), в планировании называется
12	Задачи, привязанные к определенному времени, называются
13	Согласно матрице Эйзенхауэра, к важным, но не срочным задачам

Дела, связанные со здоровьем, невыполнение которых окажет

отрицательное влияние на другие дела или приведет к неприятностям, согласно матрице Эйзенхауэра, относят к





квадранту...





- (15) Когда мы включаем определенную музыку, прослушивание которой способно настроить нас на переговоры или на интеллектуальную работу, мы используем прием, который называется...
- Для нейтрализации негативной эмоции рекомендуется выполнить действия в следующей поседовательности:
- Один из вариантов отреагирования негативной эмоции, подразумевающий использование смешных прозвищ, называния ролей и состояний это прием...
- Субъективное ощущение недостаточного или некачественного сна, поверхностного и прерывистого, что сказывается на активности в период бодрствования, называется...
- (19) Веществом, которое определяет нарастание активности в период бодрствования, является...



