



## Развитие стрессоустойчивости.ДПО

- 1 Укажите правильное определение понятия – стресс ...
- 2 Укажите стрессогенные факторы современного мира.
- 3 Укажите характер воздействия стрессогенных факторов.
- 4 Психологический стресс можно разделить на две составляющие. Укажите характер влияния психологического стресса.
- 5 Стрессоустойчивость это ...
- 6 Существуют разные уровни стрессоустойчивости по отношению к стрессогенным факторам. Определите основные.
- 7 Определите уровень стрессоустойчивость. Человек способен противостоять проблемам. Через некоторое время способен отпустить критические ситуации.
- 8 Стress дезорганизует деятельность человека. Определите поведение, сопровождается разнообразным психоэмоциональным нарушениям:
- 9 Определите признаки стрессового напряжения:
- 10 Определите причины стрессового состояния:
- 11 Верное утверждение, психологический стресс – это
- 12 К психологическим последствиям стресса относятся...
- 13 Краткосрочный, конструктивный стресс, который мобилизирует человеческие ресурсы – это ...
- 14 Укажите интеллектуальные признаки стресса...
- 15 Укажите физиологические признаки стресса...
- 16 Стress имеет гормональный механизм влияния. К основным гормонам стресса относят ...
- 17 Стress – это адаптационная реакция. Укажите две группы стрессовых механизмов:



- (18) Подсознательные установки, защищают психику человека от разрушающего воздействия негативных факторов...
- (19) Укажите положительное влияние адреналина на организм человека...
- (20) Стресс, который оказывает разрушительное влияние на человека, принято называть ...
- (21) Синдром эмоционального выгорания это -
- (22) Виды причины эмоционального выгорания:
- (23) К внешним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (24) К внутренним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (25) Выделяют следующие группы симптомов выгорания...
- (26) Психологические признаки эмоционального выгорания...
- (27) Стадии проявления эмоционального выгорания ...
- (28) Основная задача преодоления эмоционального выгорания ...
- (29) Как эмоциональное выгорание влияет на социальное поведение ...
- (30) Физиологические признаки эмоционального выгорания...
- (31) Главные факторы стрессоустойчивости:
- (32) Когда возникает стресс:
- (33) Причина стрессов -
- (34) Управление стрессом – это
- (35) Составляющие стрессовой реакции:
- (36) Общий адаптационный синдром — это
- (37) Стадии развития стресса:



- (38) Стресс – менеджмент - это
- (39) Процесс управления стрессом происходит по базовым направлениям:
- (40) Человек способен управлять стрессом потому, что это -
- (41) Синдром эмоционального выгорания это -
- (42) Виды причины эмоционального выгорания
- (43) К внешним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (44) К внутренним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (45) Выделяют следующие группы симптомов выгорания...
- (46) Психологические признаки эмоционального выгорания...
- (47) Стадии проявления эмоционального выгорания ...
- (48) Основная задача преодоления эмоционального выгорания ...
- (49) Как эмоциональное выгорание влияет на социальное поведение ...
- (50) Физиологические признаки эмоционального выгорания...
- (51) Главные факторы стрессоустойчивости:
- (52) Когда возникает стресс:
- (53) Причина стрессов -
- (54) Управление стрессом – это
- (55) Составляющие стрессовой реакции:
- (56) Общий адаптационный синдром — это
- (57) Стадии развития стресса:



- (58) Стресс – менеджмент - это
- (59) Процесс управления стрессом происходит по базовым направлениям:
- (60) Человек способен управлять стрессом потому, что ...
- (61) Исследования показали, что регулярные занятия медитацией напрямую влияют:
- (62) Формы медитации...
- (63) Можно выделить типы медитации:
- (64) Медитация против стресса действует по нескольким направлениями
- (65) Преимущества медитации ...
- (66) В процессе медитации важно ...
- (67) Правила выполнения медитативной техники...
- (68) Техники медитации от депрессии и тревоги
- (69) Для медитации достаточно ...
- (70) Эффект от медитации можно усилить с помощью...
- (71) Совокупность эмоциональных переживаний, снижающих эмоциональный фон и мотивационную сферу личности – это ...
- (72) Личностные черты, которые способствуют накоплению негативных эмоций...
- (73) Скопление негативных ощущений приводят к эмоциальному выгоранию, потому что...
- (74) Эмоциональное напряжение влияет на коммуникацию следующим образом:
- (75) Эмоциональное напряжение оказывает влияние на человека ...
- (76) Объективные признаки психоэмоционального напряжения:



- (77) Симптомы или заболевания, которые развиваются в рамках реакции организма на стресс:
- (78) Животные в дикой природе находятся в постоянном стрессе, но у них нет подобных проблем со здоровьем. Это связано с тем, что:
- (79) Термин «психосоматика» означает болезни, причина которых кроется в ...
- (80) Психосоматические заболевания можно отличить ...
- (81) Профессиональная деформация – это
- (82) Профдеформация отражается на всех аспектах личности, включая...
- (83) Предпосылки появления синдрома профессиональной деформации
- (84) Основные формы влияния профессии на человека
- (85) Виды профессиональной деформации личности
- (86) Самое большое влияние профессиональная деформация оказывает на представителей тех профессий, работа которых связана с...
- (87) Последствия профессиональной деформации
- (88) Причины возникновения стагнации ...
- (89) Основная причина возникновения профессиональной деформации ...
- (90) Негативное влияние профессионально деформации ...
- (91) Тайм-менеджмент – это
- (92) Функция тайм-менеджмента ...
- (93) Основные задачи тайм-менеджмента
- (94) Тайм-менеджмент предполагает эффективную формулировку целей. При постановке целей важно учитывать ...
- (95) Чёткий план действий всегда способствует повышению результативности, для эффективного планирования рекомендуется ...



- (96) Позитивный тайм-менеджмент ставит в центр внимания ...
- (97) Основная цель позитивного тайм-менеджмента — достижение счастья, что способствует ...
- (98) Позитивное мышление это ...
- (99) Для полной вовлеченности и счастья необходимы определенные условия...
- (100) Способы развития позитивного мышления:
- (101) Синдром эмоционального выгорания это -
- (102) Виды причины эмоционального выгорания
- (103) К внешним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (104) К внутренним причинам эмоционального выгорания можно отнести ...
- (105) Выделяют следующие группы симптомов выгорания...
- (106) Психологические признаки эмоционального выгорания...
- (107) Стадии проявления эмоционального выгорания ...
- (108) Основная задача преодоления эмоционального выгорания ...
- (109) Как эмоциональное выгорание влияет на социальное поведение ...
- (110) Физиологические признаки эмоционального выгорания...
- (111) Главные факторы стрессоустойчивости:
- (112) Когда возникает стресс:
- (113) Причина стрессов -
- (114) Управление стрессом – это
- (115) Составляющие стрессовой реакции:



- (116) Общий адаптационный синдром — это
- (117) Стадии развития стресса:
- (118) Стресс – менеджмент - это
- (119) Процесс управления стрессом происходит по базовым направлениям:
- (120) Человек способен управлять стрессом потому, что ...

Самый быстрый способ связи — мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max

Help@disynergy.ru | +7 (924) 305-23-08