



Управление стрессами.э

- 1 Такие стрессоры окружающей среды, как перегрузки (недогрузки), необъясненные перемены, изменение расписания, относятся к ...
- 2 Такие стрессоры окружающей среды, как ответственность за людей, недостаток поддержки, недостаток статуса, относятся к ...
- 3 Такие стрессоры окружающей среды, как слабая коммуникация, недостаток соучастия, неправильно построенная иерархия, относятся к ...
- 4 Такие стрессоры окружающей среды, как несправедливость, отсутствие необходимой подготовки, относятся к ...
- 5 Напряжение, мобилизующее, активизирующее организм для борьбы с источником негативных эмоций, – это ...
- 6 Чрезмерное напряжение, понижающее возможности организма адекватно реагировать на требования внешней среды – это ...
- 7 Состояние дистресса соответствует фазе ...
- 8 В основе стресса лежат ...
- 9 Высокий уровень притязаний человека ... уровень стресса
- 10 Если у человека наблюдается такая реакция на стресс, как ..., необходимо обратиться за помощью к медицинским работникам
- 11 Нужно взять человека за плечи и резко потрясти его в течение нескольких минут, если наблюдается такая реакция на стресс, как ...
- 12 Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде чувства тревоги и вины, относятся к ...
- 13 Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в переутомлении, относятся к ...
- 14 Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в «нехороших разговорах», относятся к ...
- 15 Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде плохой сосредоточенности и, как результат, – в слабых управленческих решениях, относятся к ...





- 16) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде сердечно-сосудистых и язвенных заболеваний, относятся к ...
- 17) Антистрессовое руководство предполагает оценку ...
- 18) Изменения в организации труда персонала, обеспечивающие работникам больший контроль над условиями труда ...
- 19) Работники, которые участвуют в организационных переменах, по сравнению с игнорируемыми сотрудниками, испытывают ... стресс
- 20) Существуют 4 группы симптомов стресса: ...
- 21) Для борьбы со стрессом рекомендуется ...
- 22) Апатия и выгорание – состояния, возникающие вследствие ... стресса
- 23) Стресс-менеджмент как самостоятельное научно-практическое направление выделился ...
- 24) На рисунке знаком вопроса обозначены ... реакции на стресс
- 25) Установите соответствие между видами стресса и эмоциональными состояниями, в которых он выражается:
- 26) Расставьте в правильной последовательности этапы профессионального (эмоционального) выгорания, рассматриваемого Дж. Гринбергом как пятиступенчатый прогрессирующий процесс:
- 27) На схеме знаком вопроса обозначена ...
- 28) На схеме знаками вопроса обозначены такие поля, как «...»...
- 29) Установите соответствие между типами и направленностью реакций на стрессовую ситуацию:
- 30) Установите соответствие между уровнями и названиями механизмов психологической защиты:
- 31) В таблице знаками вопроса обозначены варианты копинга, такие как «...»
- 32) Стратегия стрессоустойчивого поведения, выражающаяся в способности человека произвольно управлять своей деятельностью, планировать ее, ставить перед собой цели и выбирать адекватные методы их достижения, осуществлять контроль и оценку результатов деятельности, – это ...





- 33) Работа с реакцией человека на стрессовую ситуацию в рамках позитивного подхода Н. Пезешкиана включает ...
- 34) Такие стрессоры окружающей среды, как перегрузки (недогрузки), необъясненные перемены, изменение расписания, относятся к ...
- 35) Такие стрессоры окружающей среды, как ответственность за людей, недостаток поддержки, недостаток статуса, относятся к ...
- 36) Такие стрессоры окружающей среды, как слабая коммуникация, недостаток соучастия, неправильно построенная иерархия, относятся к ...
- 37) Такие стрессоры окружающей среды, как несправедливость, отсутствие необходимой подготовки, относятся к ...
- 38) Напряжение, мобилизующее, активизирующее организм для борьбы с источником негативных эмоций, – это ...
- 39) Чрезмерное напряжение, понижающее возможности организма адекватно реагировать на требования внешней среды – это ...
- 40) Состояние дистресса соответствует фазе ...
- 41) В основе стресса лежат ...
- 42) Высокий уровень притязаний человека ... уровень стресса
- 43) Если у человека наблюдается такая реакция на стресс, как ..., необходимо обратиться за помощью к медицинским работникам
- 44) Нужно взять человека за плечи и резко потрясти его в течение нескольких минут, если наблюдается такая реакция на стресс, как ...
- 45) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде чувства тревоги и вины, относятся к ...
- 46) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в переутомлении, относятся к ...
- 47) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в «нехороших разговорах», относятся к ...
- 48) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде плохой сосредоточенности и, как результат, – в слабых управленческих решениях, относятся к ...
- 49) Последствия стрессовых воздействий, выражающиеся в виде сердечно-сосудистых и язвенных заболеваний, относятся к ...





- 50 Антистрессовое руководство предполагает оценку ...
- 51 Изменения в организации труда персонала, обеспечивающие работникам больший контроль над условиями труда ...
- 52 Работники, которые участвуют в организационных переменах, по сравнению с игнорируемыми сотрудниками, испытывают ... стресс
- 53 Существуют 4 группы симптомов стресса: ...
- 54 Для борьбы со стрессом рекомендуется ...
- 55 Апатия и выгорание – состояния, возникающие вследствие ... стресса
- 56 Стресс-менеджмент как самостоятельное научно-практическое направление выделился ...
- 57 На рисунке знаком вопроса обозначены ... реакции на стресс
- 58 Установите соответствие между видами стресса и эмоциональными состояниями, в которых он выражается:
- 59 Расставьте в правильной последовательности этапы профессионального (эмоционального) выгорания, рассматриваемого Дж. Гринбергом как пятиступенчатый прогрессирующий процесс:
- 60 На схеме знаком вопроса обозначена ...
- 61 На схеме знаками вопроса обозначены такие поля, как «...»...
- 62 Установите соответствие между типами и направленностью реакций на стрессовую ситуацию:
- 63 Установите соответствие между уровнями и названиями механизмов психологической защиты:
- 64 В таблице знаками вопроса обозначены варианты копинга, такие как «...»
- 65 Стратегия стрессоустойчивого поведения, выражающаяся в способности человека произвольно управлять своей деятельностью, планировать ее, ставить перед собой цели и выбирать адекватные методы их достижения, осуществлять контроль и оценку результатов деятельности, – это ...
- 66 Работа с реакцией человека на стрессовую ситуацию в рамках позитивного подхода Н. Пезешкиана включает ...

