



Управление стрессом.ДБР_УПО:РЛилЭР

- 1 Стресс - это
- 2 Признак эустресса
- 3 Самый мощный стрессовый фактор менеджера
- 4 Наиболее продуктивная фаза развития стресса это-
- 5 Большему риску профессионального выгорания подвержены
- 6 Самопомощь при остром стрессе включает в себя
- 7 Основная задача управления стрессом
- 8 Чтобы повысить стрессоустойчивость организма, следует
- 9 Для восстановления после стресса наиболее предпочтительны
- 10 Правильная установка, снижающая уровень стресса в жизни

