

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ

ТЕМА: СТРЕС ТА ПРОФЕСІЙНО-ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ

На практичне заняття підготувати для виступу та обговорення наступні питання:

ЦЕ УСНІ питання

1. Управління стресами: поняття стресу
2. Види стресу та їх характеристика
3. Фази (стадії) розвитку стресу
4. Синдром вигорання
5. Напрями профілактики професійного вигорання

ПИСЬМОВЕ ЗАВДАННЯ

Підготувати 2 презентації:

1. Тема **ДЛЯ ВСІХ**: «Форми прояву стресу (поведінкові, інтелектуальні, емоційні та фізіологічні прояви стресу)»

2. Обрати з переліку ОДНУ тему за вашим смаком і також підготувати презентацію.

Перелік тем:

1. Суб'єктивні причини виникнення стресу та їх характеристика.
2. Об'єктивні причини виникнення стресу та їх характеристика
3. Характеристика захворювань, викликаних стресом
4. Способи і методи боротьби зі стресами