30.04.2024

**ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ**

**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. Характеристика захворювань, викликаних стресом
5. Синдром вигорання
6. Напрями профілактики професійного вигорання

**ПИСЬМОВЕ ЗАВДАННЯ**

Підготувати 2 презентації:

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

**Назва файлу: 30.04.2024\_Іванов\_ПВ-8\_Форми прояву стресу**

**Оцінювання: 5 балів**

2. Тема «Способи і методи боротьби зі стресами»

**Назва файлу: 30.04.2024\_Іванов\_ПВ-8\_Боротьба зі стресом**

**Оцінювання: 5 балів**

**.**

Виконані роботи надіслати на пошту:

[mm\_tsim@ztu.edu.ua](mailto:mm_tsim@ztu.edu.ua)