

## «ПСИХОЛОГИЯ СТРЕССА»

### ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Управление стрессом в профессиональной деятельности.
2. Гендерные различия в формировании проявлений профессионального стресса.
3. Психологические технологии управления стрессом в организации.
4. Влияние профессиональной мотивации на особенности формирования стрессовых состояний.
5. Методы саморегуляции в традициях Древней Индии (карма-йога, бхакти-йога, джнана-йога).
6. Управление дыханием (пранаяма) как метод концентрации мысли.
7. Клиническая форма выражения эмоционального стресса.
8. Подходы к устранению психосоматических расстройств.
9. Критерии психического здоровья.
10. Особенности личности и способы реагирования на стресс.
11. Современное представление о стрессе в отечественной и зарубежной психологии.
12. Основные «уроки» классической теории Г. Селье и ее роль в развитии психологических концепций изучения стресса.
13. Временная динамика и психологическая характеристика основных стадий («шок», «отказ», «вторжение», «переживание», «выход»), возможные негативные последствия.
14. Синдром посттравматического стресса.