

Завдання:

1. У чому сутність паніки як психологічного феномену?
2. Назвіть основні види паніки.
3. Які є причини виникнення паніки?
4. Опишіть механізми розвитку паніки
5. Які є засоби боротьби з панікою?
6. Розкрийте семантичний та феноменологічний аналіз понять “стрес”, “психологічний стрес”, “психічна напруженість” та “емоційний стрес”.
7. Диференціація стресу, емоційних станів та стомлення.
8. Сутність поняття “стрес”, “психічне вигорання” та “посттравматичний стрес”.
9. Визначте основні діагностичні критерії гострої реакції на стрес.