

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/385577>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Психология личности

1. Назовите основные факторы возникновения стресса (приведите примеры).
2. С целью развития навыка осознания собственных эмоций, в течении недели оценивайте происходящие в вашей жизни события и заносите результаты наблюдения в таблицу. Проанализируйте собранные результаты.
3. Рассмотрите такое понятие как «прокрастинация», выделите основные факторы, которые приводят к ее появлению (приведите примеры).
4. Ниже во вложениях Вам предлагаются «Правила для развития воли», сформулированные великим русским писателем Львом Николаевичем Толстым. Представьте, что Вы состоите с ним в личной переписке. Как человек, сведущий в психологии, Вы, конечно же, вступили с ним в полемику по поводу предлагаемых им правил. Обозначьте ваши основные позиции по данному вопросу и напишите небольшое сочинение-размышление на тему: «Я согласен(-сна) с Львом Николаевичем Толстым, но...»

ПЗ 3

1. Назовите основные факторы возникновения стресса (приведите примеры).

Ответ: Стресс – это реакция организма на физические, психологические или эмоциональные требования, которые превышают наши возможности адаптации. Основные факторы, которые могут вызывать стресс, включают:

1. Рабочие условия: напряженность на работе, сроки выполнения задач, низкое признание и вознаграждение, конфликты с коллегами или руководством. Например, возможность потери работы или несправедливое отношение со стороны начальства может вызвать значительный стресс у сотрудника.
2. Личные отношения: проблемы в семье или в отношениях с партнером, конфликты с друзьями или близкими людьми. Например, развод или разрыв отношений в романтической связи может быть источником значительного эмоционального стресса.
3. Финансовые проблемы: долги, низкий уровень дохода, неопределенность в финансовом будущем. Например, потеря работы или неожиданные расходы могут привести к финансовому стрессу.
4. Здоровье и физическое состояние: хронические заболевания, неточная диагностика, необходимость долгосрочного лечения или реабилитации. Например, диагноз серьезного заболевания может вызвать психологический стресс у пациента и его семьи.
5. Изменения в жизни: переезд, смена работы, поступление в учебное заведение, рождение ребенка или смерть близкого человека. Например, переход на новую работу или потеря близкого человека может вызвать стресс из-за необходимости приспосабливаться к новым условиям.

-

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/385577>