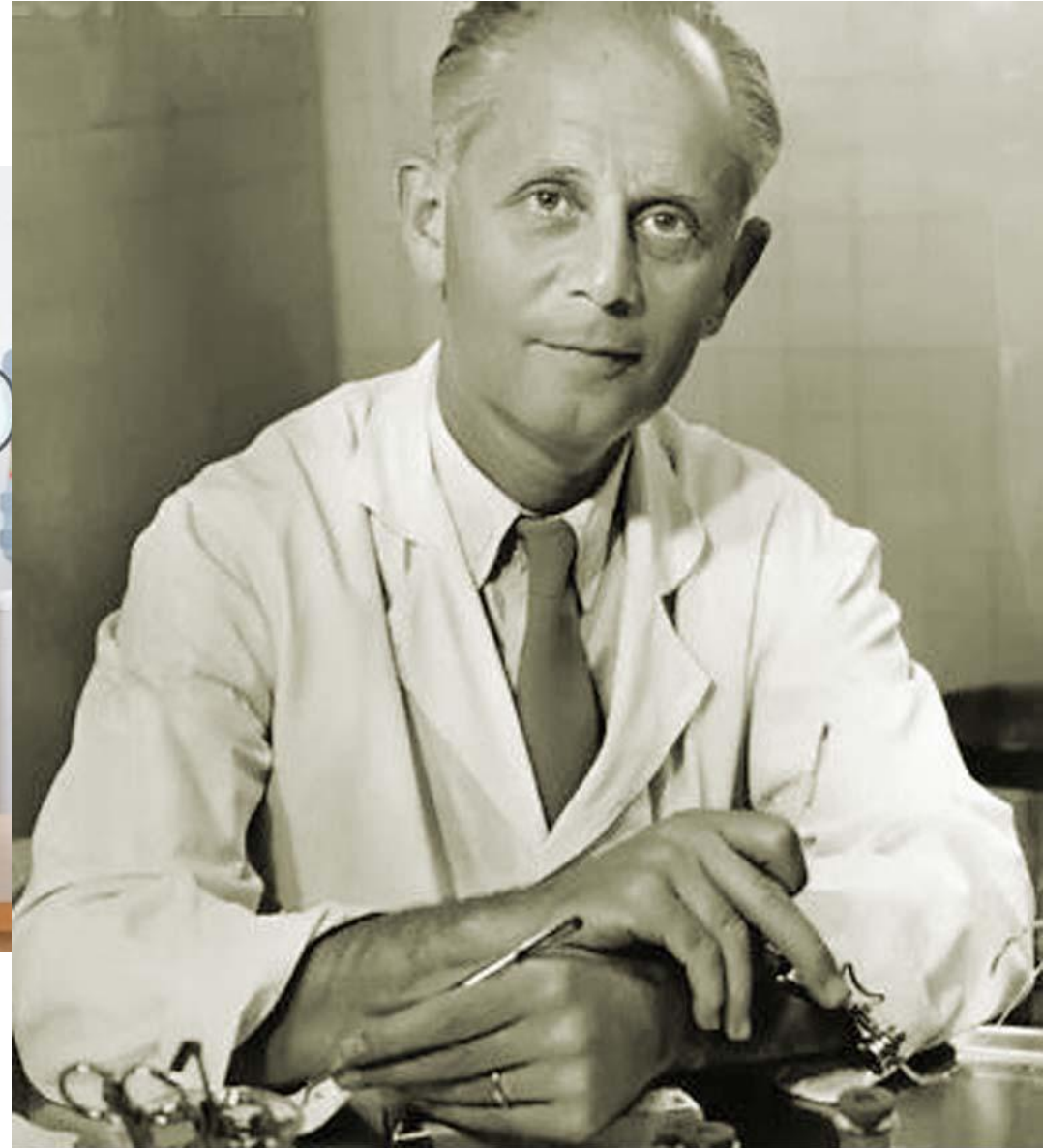


Стрес (напруження)



Ганс Сельє

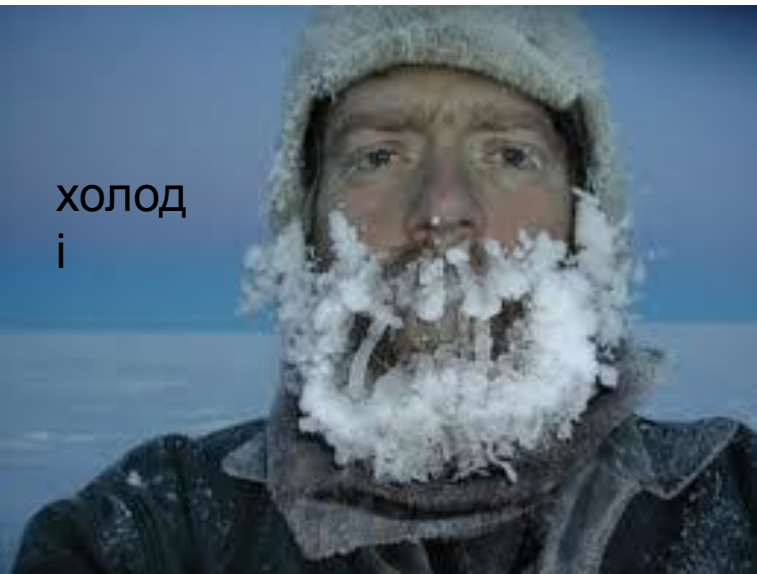
Стрес виникає при:

травм
і



Значному
фізичному
навантаженні

холод
і



спеці



Та багато

Стрес-подразники, що сприймаються психікою людини як певна загроза, викликають супутні **емоційні реакції**



стра
х



агресі
я

Якщо ти боїшся собаку, то викликаєш в нього агресію



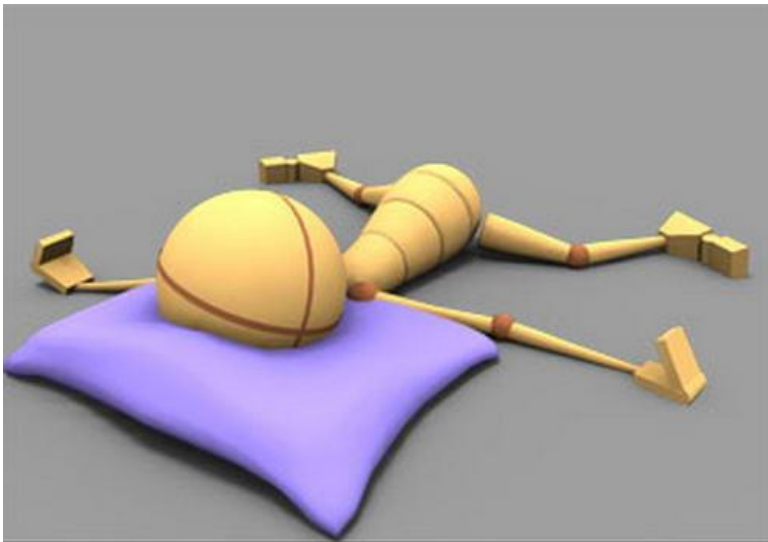


ОБЕРЕЖНО!
ЗЛИЙ ПЕС!

Стресові реакції мають три послідовні фази:



Перша фаза стресу
(тривога)



Друга фаза стресу
(опору)

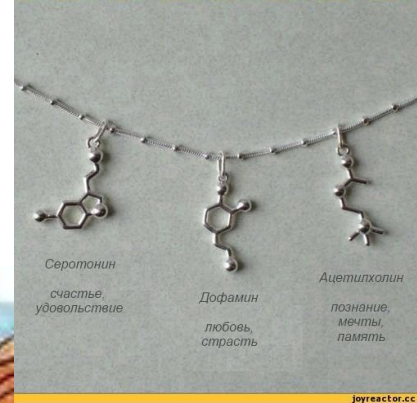
Третя фаза стресу
(виснаження)

Шкільний та екзаменаційний стреси

**ОСЬ ТАК Я
ВИГЛЯДАЮ**

**БІЛЯ ДОШКИ НА
ФІЗИЦІ**

risovach.ru



Серотонин
счастье,
удовольствие

Дофамин
любовь,
страсть

Ацетилхолин
познание,
мечты,
память

joyreactor.cc