

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ</b> .....	6
1.1. Основні підходи до поняття «стрес», «стресові ситуації».....	6
1.2. Основні передумови виникнення та наслідки стресових ситуацій.....	16
1.3. Класифікація та характеристика різновидів стресу.....	27
<b>РОЗДІЛ 2. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ У СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ</b> .....	39
2.1. Визначення оптимальних копінг-стратегій у педагогічних працівників у стресових ситуаціях .....	39
2.2. Дослідження особливостей прояву копінг-стратегій у педагогічних працівників у стресових ситуаціях.....	45
2.3. Психологічні рекомендації щодо визначення оптимальних копінг-стратегій у педагогічних працівників у стресових ситуаціях .....	51
<b>ВИСНОВКИ</b> .....	68
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b> .....	71