**Дәріс бойынша бақылау сұрақтары**

1. Стресті жеңуге арналған психологиялық бағдарламалардың мазмұны және олардың стресс жағдайын, дейгейін анықтаудағы және стрессті алдын алудағы маңызы қандай?
2. Стрессті жеңу бағдарламаларының салыстырмалы түрде ерекшіліктері.
3. Өмірлік маңызды оқиғаларды талдау (Holmes & Ray, 1967) ерекшелігі
4. Стресс жалпы бейімделу синдромының тиімділігі (Sele, 1953)
5. Транзакциялық стресс моделі (Lazarus & Launier) артықшылығы мен кемшілігі