

Цэнтральныя рэсурсы стрэсаўстойлівасьці



Ацэнка стрэсару й рэакцыі



Копінг-стратэгіі







Кагнітыўная



Творчасьць



→ Кантроль Выклік Уключанасьць

Перэферычэскіе рэсурсы









Блукальны нэрв









Цялесныя практыкі

Дапамога