

**Naloga 2203A****DUŠEVNE OBREMENTIVTE: FRUSTRACIJE, KONFLIKTI, STRESI****Pričakovani dosežki/rezultati**

Dijak/dijakinja:

- opredeli frustracijo, konflikt in stres,
- razlikuje frustracijske in konfliktne situacije ter poimenuje in prepozna različne vrste intrapsihičnih konfliktov,
- razume vpliv stresa na uspešnost pri učenju in delu ter različne načine učinkovitega spoprijemanja s stresom,
- analizira izvore stresa in razmišlja o možnostih zmanjševanja količine »negativnega« stresa v svojem življenju.
- presoja pozitivne in negativne posledice stresa za naše delovanje in telesno zdravje.

Standard znanja	
<b>Rdeče</b>	Minimalne zahteve, ki so pogoj za oceno 2.
<b>Modro</b>	Temeljne zahteve, ki so pogoj za oceno 3 ali 4.
<b>Zeleno</b>	Višje zahteve, ki so pogoj za oceno 4 ali 5.