Тренинг «Снятие эмоционального напряжения»

04.01.2018 в нашем колледже был проведен тренинг для преподавателей «Снятие эмоционального напряжения». Преподаватели узнали о таком явлении как профессиональное выгорание, а так же были проведены упражнения для снятия профессионального напряжения, физического напряжения, неприятных соматических ощущений и негативных эмоций.

В ходе проведения тренинга преподаватели получили множество ярких и положительных эмоций, массу впечатлений и, по окончанию тренинга высказали желание об участии в подобных мероприятиях.