



20 ноября 2024 года, в рамках «Осенней недели психологии», педагогом-психологом Н.Е.Манюто проведено тренинговое занятие «Стресс под контролем!». Обучающиеся узнали структуру внутренних ресурсов человека, ознакомились с приемами снятия стресса и техниками самопомощи.

В целях создания дружелюбной атмосферы и снятия психоэмоционального напряжения были выполнены упражнения: «Отдых», «Победители», «Приветствие» и «Волшебный стул».

