

ГБПОУ КК «Брюховецкий аграрный колледж»

6 июня 2024 года педагогом-психологом Н.Е. Манюто проведен тренинг по укреплению жизненных навыков «Поверь в себя!».

В целях стабилизации эмоционального состояния во время учебной сессии и преодоления тревоги перед экзаменами, с обучающимися были выполнены антистрессовые упражнения. Во время тренинга использовались: оптический модуль «Разноцветная гроза», арт-терапевтический рисунок «Эмоции и чувства», кинетический песок.

В заключение обучающимся было рекомендовано посещать все лекции и консультации, планировать свою работу и соблюдать режим труда и отдыха.

