


ОНЛАЙН КУРС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ТОЧКА ОПОРЫ»

Курс по профилактике синдрома ЭМОЦИОНАЛЬНОГО выгорания

На электронную почту, указанную педагогом при регистрации на курс, по пятницам будут приходить тематические письма с техниками и инструментами по изменению эмоционального состояния, рекомендованные для самостоятельного освоения и применения

с 3 октября по 21 ноября

8 недель

- 
- Немного теории
 - Самодиагностика
 - Цветовой календарь эмоциональной разгрузки
 - Упражнения
 - Притчи
 - Мультфильм

Педагоги научатся правильно реагировать на стресс, овладеют приемами и техниками саморегуляции эмоционального состояния



Алтайский краевой центр
психолого-педагогической и
медико-социальной помощи

Запись до 26 сентября по ссылке:
<https://forms.yandex.ru/u/68bfb6e3068ff01d079c20bf/>