



Каждому человеку свойственны усталость, грусть, тревога.

Педагог - тоже человек!

С целью снижения эмоциональной усталости и поднятия настроения, педагог-психолог детского сада провела тренинг "Снятие эмоционального напряжения". Участники тренинга с удовольствием выполняли различные упражнения и задания, которые способствовали снижению уровня эмоционального напряжения, зажимов, формированию позитивного отношения к себе и жизни, мотивации к профессиональной деятельности. Негативные эмоции "были смяты и выброшены". Каждый участник тренинга ушёл с добрыми пожеланиями из волшебной шкатулки, прекрасным настроением и улыбкой на лице! Спасибо Евгении Юрьевне.

#ГПН_2023 #Улыбайтесь #БудьтеЗдоровы



