

Старт студенческого проекта «Это пройдет»

Проект предусматривает комплекс психопрофилактических мероприятий, направленных на предупреждение возникновения эмоционального выгорания, истощения и др. состояний в условиях вынужденной изоляции. Студенты департамента психологии совместно с привлеченными специалистами психологами приглашают на цикл лекций и практико-ориентированных семинаров, целью которых является понимание причин, способствующих возникновению негативного психического состояния во время учебы в «дистанте», а также информирование о методах поддержания оптимальной психической деятельности в условиях ограничений.

ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ

2020 год выдался сложным из-за сложившейся во всем мире ситуации пандемии и вопрос о ментальном благополучии встал особенно остро. Пребывая в длительной вынужденной самоизоляции, нам приходится ежедневно сталкиваться со стрессом и справляться с различными возникающими трудностями в одиночку.

«Это пройдет» — проект, направленный, в первую очередь, на поддержание ментального благополучия учащихся, а также на информирование об эмоциональном выгорании, истощении и прочих негативных психологических состояний в условиях вынужденной изоляции. Практикующие психологи, сотрудники и преподаватели департамента психологии совместно со студентами проведут цикл познавательных лекций и мастер-классов. Для участия в наших мероприятиях необходима регистрация.

Присоединяйтесь к нам, если чувствуете интерес и важность темы для себя!

Подробнее читайте [здесь](#) и смотрите в нашем [Инстаграме](#)