

ГБПОУ КК «Брюховецкий аграрный колледж»

4 декабря 2023г. педагогом-психологом Манюто Н.Е. проведен классный час «Как избежать стресса во время сессии?».

Сессия для студента пора испытаний. Экзаменационный стресс – явление, знакомое практически каждому обучающемуся. В это время студенты переживают наиболее психологически трудный период в своей учебной деятельности.

Умению планировать свое время, распределять учебные нагрузки, контролировать эмоции, а также приемам снятия эмоционального напряжения учились вместе с психологом обучающиеся из 1019 учебной группы.

