

Развиване на умения за справяне със стрес, съхраняване и възстановяване на психо-емоционалното равновесие и подобряване на работоспособността

Анотация:

Учителската професия е трудна / не случайно в миналото законодателят е определил колко години може да се упражнява тя - не защото тогава държавата е била икономически по-силна или учителите са били подложени на повече стрес - не.../. Днес в развитите икономически страни за учителите също има специални условия за пенсиониране и за труд. Тя изисква освен знания и много енергия, стабилно емоционално състояние, издръжливост. Курсът е насочен към развиване на умения за справяне със стрес, съхраняване и възстановяване на психо-емоционалното равновесие и подобряване на работоспособността. Той е опит учителите да съхранят здравето си, работейки, а децата да се радват на емоционално интелигентни възрастни до себе си.