

### **Отчет о проведенном воспитательном мероприятии «Стрессу-нет!»**

23 мая 2023 года со студентами педагогики и психологии было проведено воспитательное мероприятие на тему «Стрессу –нет!» Организатором мероприятия выступила Шевченко Н.Б., к.п.н., доцент кафедры педагогики и психологии, а также к проведению мероприятия была привлечена магистрант П-МО-211 группы Ланкина Юлия.

Проведенное мероприятие было направлено на снижение уровня эмоционального выгорания у студентов, а также на повышение уровня сплоченности и создание благоприятной атмосферы в студенческом коллективе.

В ходе мероприятия было проведено тестирование среди студентов, с помощью которого удалось выяснить уровень подверженности стрессорным воздействиям. Также был проведен тренинг направленный на борьбу со стрессом.

В конце мероприятия каждый из студентов получил памятку «Семь антистрессовых приемов и правил».