



План-график
проведения мероприятий в Школе социального работника
По программе психологического сопровождения сотрудников Центра
«Ты не один»
2022-2023 учебный год

Консультативное отделение

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Ответственный
1	Стрессоустойчивость. Как повысить стрессоустойчивость? Современные подходы к управлению стрессом. Упражнения для снятия стресса.	Сентябрь Октябрь	Психолог Паюсова Т.В.
2	Арт – терапия (рисование) как метод расслабления и релаксации.	Ноябрь Декабрь	Психолог Паюсова Т.В.
3	Профилактика эмоционального выгорания и профессионального угасания. Качества и упражнения, помогающие специалисту избежать профессионального выгорания.	Февраль Март	Психолог Паюсова Т.В.
4	Проведение занятий с элементами тренинга, направленное на стабилизацию эмоционального состояния и снятия тревожности.	Апрель Май	Психолог Паюсова Т.В.