

Тайм-менеджмент и тонус-менеджмент.

Каждый месяц психологи лица проводят классные часы на важные для нас темы. Если в прошлый раз он был посвящен командообразованию, то 10 декабря нас познакомили, как правильно нужно распределять свое время, регулировать свою нагрузку, чтобы не получить стрессовые ситуации. Были даны рекомендации перезагрузки. Кроме того, ребята в процессе игры узнали, что именно в их распорядке дня забирает много времени, а от чего можно вообще отказаться.

