

Новости

Общество

21.04.2025

ФОТОФАКТ: студентам БГУИР напомнили о важности психоэмоционального состояния

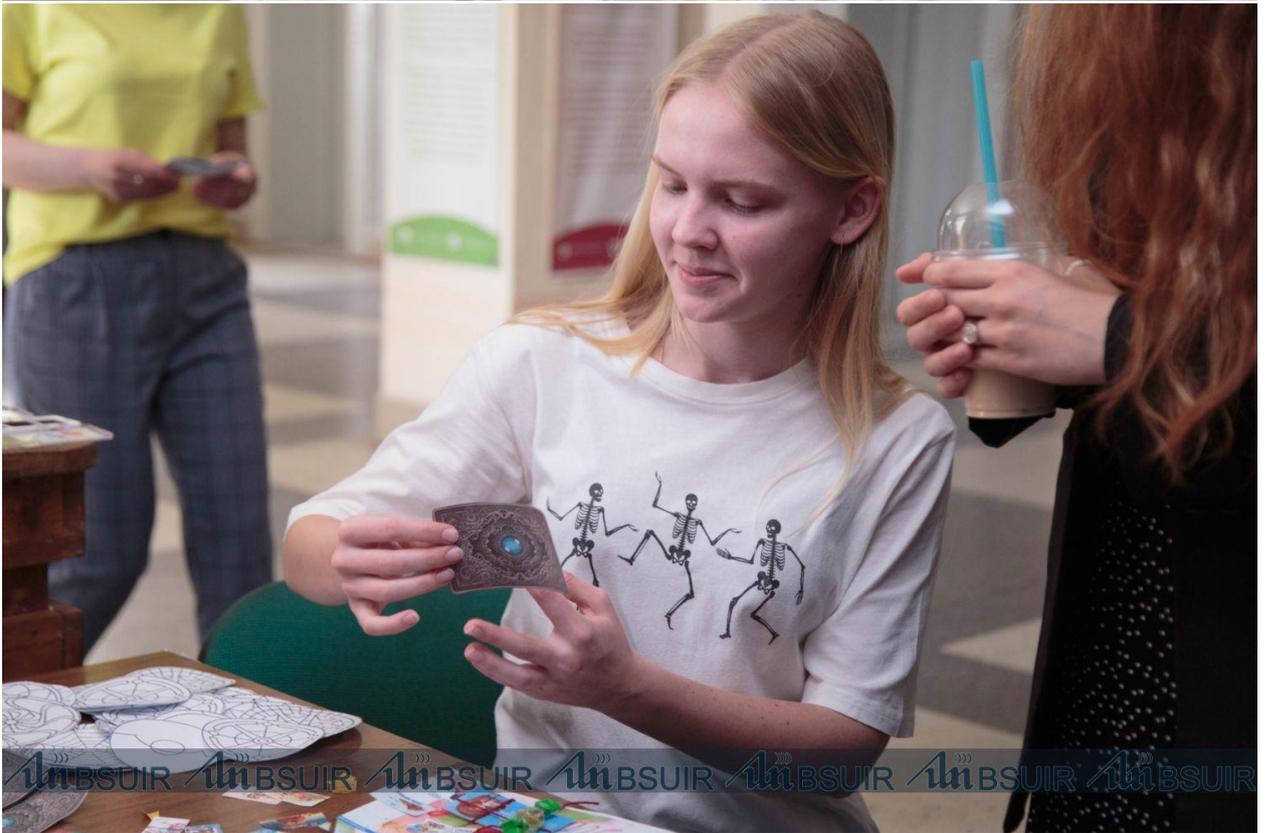
Сегодня, 21 апреля, в пятом корпусе Белорусского государственного университета информатики и радиоэлектроники прошла интерактивная площадка для студенческой молодежи ФИТиУ и ИЭФ «Искусство быть с собой и с другими».

Организаторами выступили психологи ФИТиУ и ИЭФ **Наталья Яцкевич** и **Елена Денисенко** и социальный педагог ФИТиУ **Светлана Бражук**, задачей которых была презентация социально-педагогической и психологической службы университета, а также популяризация интереса к психологическим знаниям и методам исследования личностных особенностей, психоэмоционального состояния и настроения и их стабилизации. Студентам были предложены техники арт-терапии, тайм-менеджмента и позитивной самонастройки.

«На площадке рассказывалось о важности правильного планирования отдыха и работы: необходимо было расположить различные дела на календаре, чтобы "сделать каждый месяц счастливым". Также на прощание предлагалось вытянуть предсказание, что оказалось очень воодушевляющим, и милую открытку с конфетой», - поделилась студентка 2 курса ФИТиУ **Анастасия Бритун**.







Подготовлено пресс-службой
Фото Анастасии Токаревой