

## **Бос-технология как метод профилактики эмоционального выгорания**

*Семинар-практикум*

16.02.2018 г.

**Преподаватель:** Одноралова Елена Юрьевна, педагог-психолог высшей квалификационной категории, психолог-консультант МУ «Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

**Содержание занятия:** Бос-технологии, техники аутотренинга. Формы проведения аутотренинга. Особенности диафрагмального дыхания при применении Бос-технологий.

