

Semináře pro studenty VŠE pořádané Akademickým centrem

Semináře jsou vedeny interaktivní formou, využívají principů pozitivní psychologie, time-managementu, mindfulness a moderních přístupů k psychohygieně.

Přihlášení na stránkách Akademického centra (ac.vse.cz)

3. Jak se vyhnout syndromu vyhoření?

- **KDY?**
 - Pondělí 15.11.2021, 16:15 – 19:00 hod
- **KDE?**
 - RB 359
- **O ČEM SEMINÁŘ BUDE?**
 - Co je syndrom vyhoření a jak se pozná?
 - Hrozí mi syndrom vyhoření, když studuji? Co mám dělat, aby se mi vyhnul?
 - Všímavost a sebepéče.

