

Московских чиновников научат управлять стрессом

28.04.2016

Все московские чиновники должны будут пройти Online-курс «Управление стрессом», сообщает пресс-служба Московского городского университета управления Правительства Москвы.



Данный курс назначен госслужащим и сотрудникам бюджетных учреждений Москвы. Курс состоит из теоретической и практической частей.

Чиновникам рассказывают о причинах стресса, его последствиях, учат определять собственные стресс-факторы и дают советы о том, как бороться с профессиональным выгоранием.

После лекционного курса обучающиеся переходят к практике, что позволяет закрепить полученные знания и выбрать правильные модели поведения в различных стрессовых ситуациях.

Управа Хорошевского района

Адрес страницы: <http://khoroshevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/2867615.html>

[Управа района Хорошевский города Москвы](#)