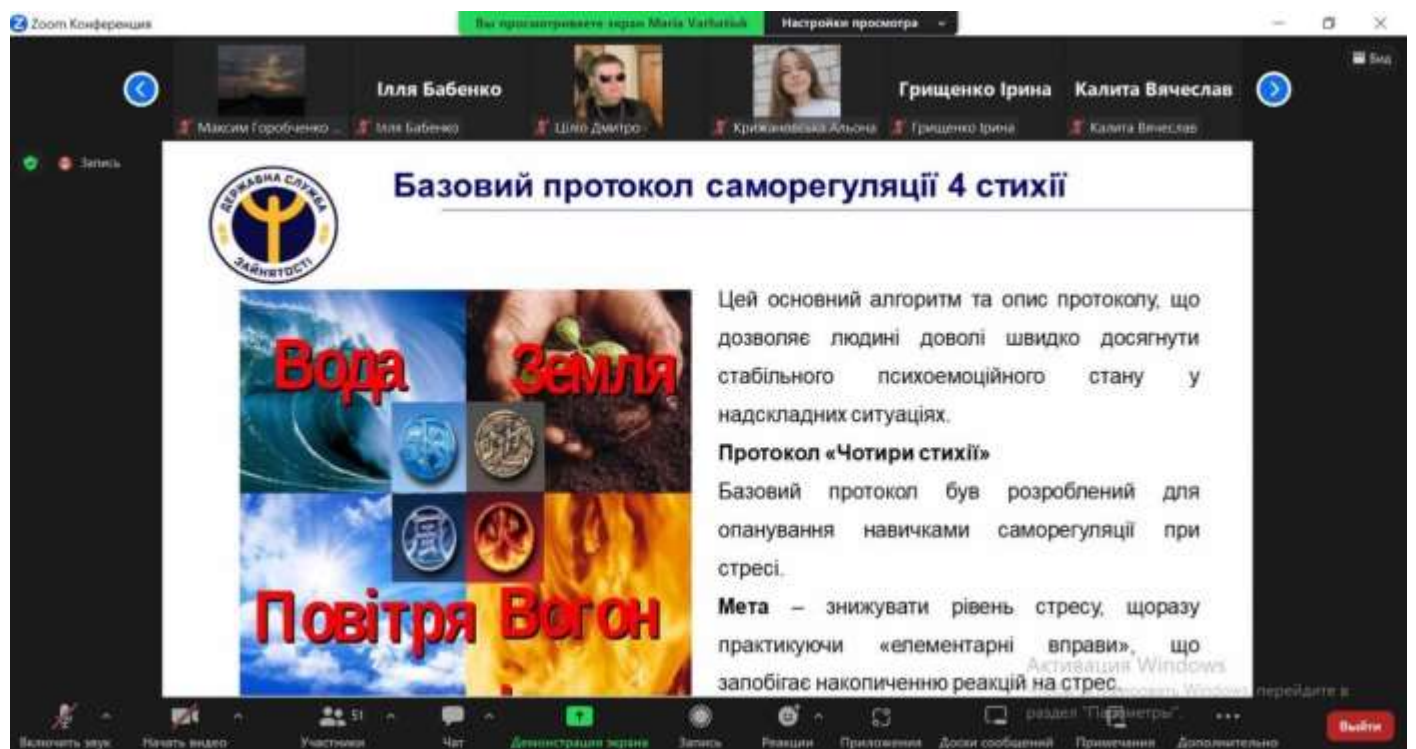
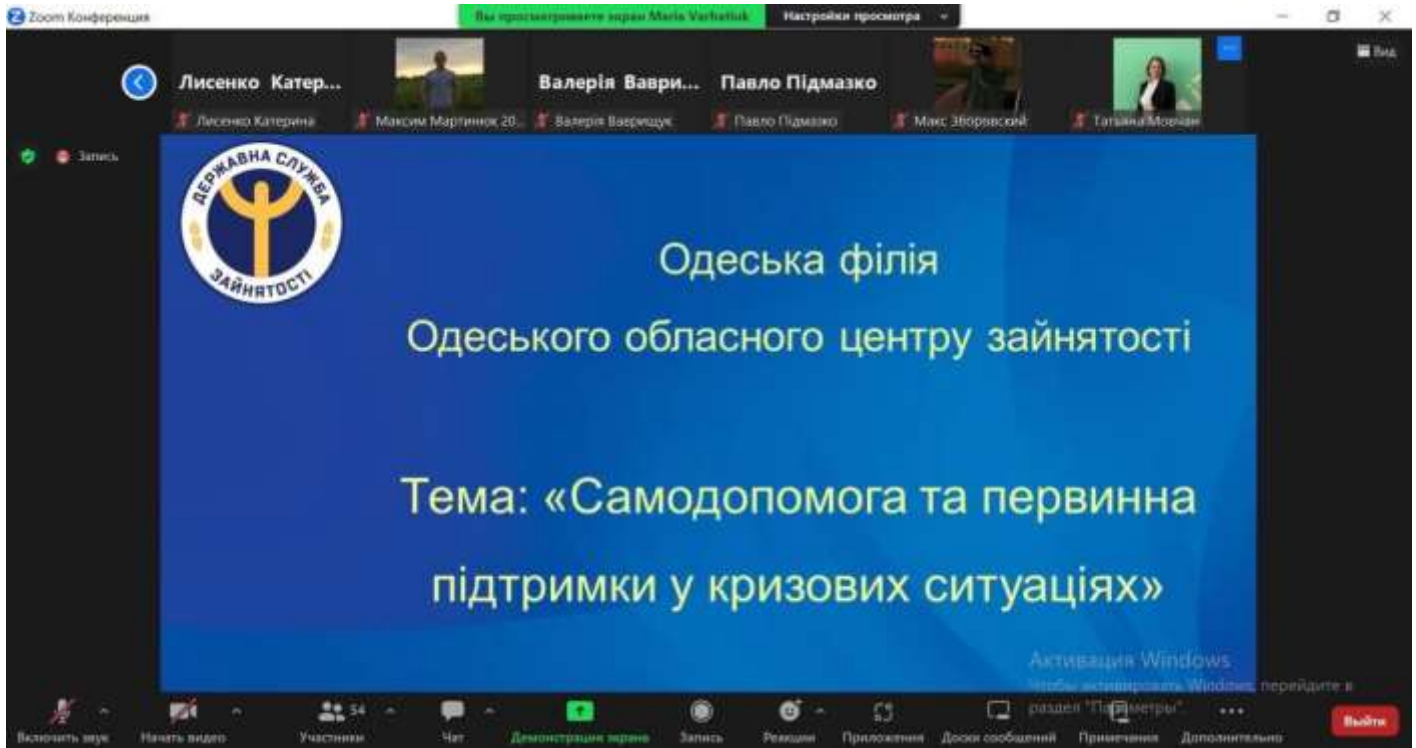


Здобувачі освіти Агробіотехнологічного факультету прийняли участь у лекції - тренінгу від Одеської філії Одеського обласного центру зайнятості на тему: «Самодопомога та первинна підтримка у кризових ситуаціях», яка була організована факультетом економіки та управління ОДАУ. На тренінгу обговорювались важливі питання успішного працевлаштування, а саме: позитивна самооцінка, особливості обраної професії, психометричне тестування, успіх у професійній діяльності, як шукати роботу на спеціалізованих сайтах. Дякуємо організаторам тренінгу та куратору Валерію ФЛАКЕЮ за організацію здобувачів та технічну підтримку!



Zoom Конференція | Ви презентуєте екран Maria Vachukina | Налаштування проєктора

Лисенко Катер... Валерія Ваври... Павло Підмазко Влад Лінський

Лисенко Катеріна Максим Мартинюк 20... Валерія Вавришук Павло Підмазко Влад Лінський Макс Зборнський

Запис

Базовий протокол саморегуляції 4 стихії

IV. Вогонь: концентрація уваги.

Пояснення: Керуючи своєю увагою, повертаємо все більше контролю.

Практики:

- «Кнопка». Масаж кінчика носа. Знайти чутливу точку, трохи понатискати. Подивитися перед собою. (Ясність в очах, концентрація).
- «Висвітлення великих предметів». Уявити, що в очах палають вогники. Подивитись вліво, побачити великий предмет, назвати його. Подивитись вправо, зафіксувати поглядом крупний предмет, назвати його. Аналогічно – ввєрх, вниз, попереду. Висвітлюючи крупні предмети та називаючи їх, повертайте в

Включити звук Налаштування відео Учасники Чат Демонстрація екрану Запис Реакція Прикладження Доска собоюний Примітки Додатково

Zoom Конференція | Ви презентуєте екран Maria Vachukina | Налаштування проєктора

Валерія Ваври... Павло Підмазко Влад Лінський

Максим Мартинюк 20... Валерія Вавришук Павло Підмазко Макс Зборнський Влад Лінський Володимир Данил

Запис

Базовий протокол саморегуляції 4 стихії

II. Вода: увімкніть реакцію розслаблення.

Пояснення: під час стресу рот людини часто пересихає, тому що частиною екстреної реакції на стрес (симпатична нервова система) є відключення травної системи. Тому, коли людина починає «виробляти» слину, знову вмикається травна система (парасимпатична нервова система) і реакція розслаблення. Коли є слина – розум людини здатний оптимально контролювати думки та тіло. Окрім цього, **вода допомагає звільнитись від наслідків стресу.**

Включити звук Налаштування відео Учасники Чат Демонстрація екрану Запис Реакція Прикладження Доска собоюний Примітки Додатково

Zoom Конференція | Ви презентуєте екран Maria Vachukina | Налаштування проєктора

Вракін Анатолій Максим Лісн... Костін Павло

Вракін Анатолій Богдан Рабіленко... Дарія Афанасієва Ірина Вітма Максим Лісній 2... Костін Павло

Запис

Три стадії стресу

Опір

Якщо стресогенний фактор дуже сильний або продовжує свою дію тривалий проміжок часу, знижуються фізіологічні процеси, ресурси витрачаються економніше. Організм готовий до тривалої боротьби за життя.

Виснаження

При виснаженні обмінні процеси порушуються на фізіологічному рівні. Це призводить до зниження загальної опірності організму і його здатності до адаптації при несприятливих умовах. Це може спровокувати серйозні порушення функціонування

Включити звук Налаштування відео Учасники Чат Демонстрація екрану Запис Реакція Прикладження Доска собоюний Примітки Додатково

Zoom Конференція

Ви просматриваете экран Maria Vartolob

Настройки просмотра

Дмитрієва Вер...

Альона Демітер

Вікторія Валерія

Сергей Владимирович

Дмитрієва Вероніка В.

Клима Коробішкіна

Станіслав Павло

ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ

1. Вступ
2. Позитивна самооцінювання
3. Особливості обраної професії
4. Психометричний тест
5. Успіх у професійній діяльності
6. Підведення підсумків




Активуйте Windows

Щоб використовувати Windows, перейдіть в розділ "Параметри".

Залучити звук

Налаштувати відео

Учасники

Чат

Демонстрація екрана

Запис

Реакції

Приховати

Додати особливий

Примітки

Додатково

Вийти

Zoom Конференція

Вікторія Лежн... Максим Лісни... Костін Павло

Ілля Бабенко

Вікторія Лежнєва

Максим Лісницький 2...

Костін Павло

Максим Горобченко...

Тетяна Митина

Ілля Бабенко

МІНІ-ЛЕКЦІЯ

Особливості обраної професії «економіст»

Економіст — це фахівець, який допомагає компанії або підприємству розставляти пріоритети та цілі в роботі так, щоб прибуток був більшим, а витрати меншими.

Моя майбутня професія - економіст




Активуйте Windows

Щоб використовувати Windows, перейдіть в розділ "Параметри".

Залучити звук

Налаштувати відео

Учасники

Чат

Демонстрація екрана

Запис

Реакції

Приховати

Додати особливий

Примітки

Додатково

Вийти

Zoom Конференція

Ви просматриваете экран Maria Vartolob

Настройки просмотра

Грищенко Ірина

Кузнецова Таріа

Крижанівська Алліна

Оксана Грушвіч

Андрій Балабашко 01 1...

Грищенко Ірина

Денис Байковий

ТЕСТ

Інструкція: виберіть фігуру, про яку можете сказати: «Це - я!»
 Намагайтеся відчувати свою форму. Якщо ви відчуваєте скруту, виберіть ту, яка першою зацікавила вас. Запишіть під номером 1. Тепер, в порядку вашої переваги, провміряйте чотири фігури, що залишилися.

Номер 1 — це ваша основна фігура чи суб'єктивна форма. Вона дає можливість визначити домінуючі риси характеру та особливості поведінки.

Психометричний тест



Сьюзен Деллінгер

Активуйте Windows

Щоб використовувати Windows, перейдіть в розділ "Параметри".

Залучити звук

Налаштувати відео

Учасники

Чат

Демонстрація екрана

Запис

Реакції

Приховати

Додати особливий

Примітки

Додатково

Вийти

