

Психология постановки целей

2 декабря 2020 года в студенческом общежитии факультета управления земельными ресурсами психолог института М.К.Мухамедова провела мероприятие со студентами первого курса на тему «Цели и их особенности». В начале мероприятия был проведен вводный тренинг. В то же время участникам было предложено присвоить каждой букве своего имени одно из качеств, которыми они обладают. Тренинг был разработан, чтобы помочь всем участникам побольше узнать об именах и атрибутах друг друга. Следующее занятие называлось «Мое настроение» и было направлено на развитие таких качеств, как преодоление стресса, «прислушивание» к внутреннему состоянию души. На мероприятии психолог института М.К. Мухамедова проинформировала участников о цели и ее особенностях, как правильно и четко поставить цель, как ее достичь, чем отличается мечта от цели, как превратить мечту в цель. Данные были подкреплены практическими упражнениями. Психолог М.К. Мухамедова, воспитатели-педагоги А. Хаитова, Н. Халикова и заместитель декана по работе с молодежью Х. Эшова привели примеры из своего жизненного опыта и предоставили студентам детальное представление о способах мотивации студентов к достижению поставленных целей. На мероприятии были решены психологические головоломки и проведена викторина.



Пресс-служба ТИИМСХ.