

Название: Психотерапевтическая группа аутогенной тренировки

Метод/подход: аутогенная тренировка

Участники группы: набор в 2 группы - студенты и преподаватели

Вид группы: открытая (состав групп может изменяться в процессе групповой работы из-за ухода одних участников и приема новых)

Ведущий группы: педагог-психолог, психотерапевт, к.м.н., доцент **Кутарев Федор Леонидович**

Цель группы: улучшение состояния здоровья, повышение работоспособности и жизненного тонуса, самовоспитание, совершенствование свойств личности

Форма работы: еженедельные встречи очно или онлайн

Место проведения группы: поликлиника РУТ (МИИТ), ул. Новосущевская, 18 или онлайн (Teams).

День и время встреч: среда или четверг (по согласованию), 17.00-18.30

Длительность: 90 минут

Продолжительность: по желанию участников

Места: есть

Запись в группу: через форму заявки [«Заявка на участие в работе психологической группы»](#)

