

17 октября 2023 года в МБОУ СОШ №1 г.Грязи прошел тренинг в рамках проекта «Экзамены без стресса», организованный Г(О)БУ Центром «Семья» и ЛРОО «Коллегией психологов» при поддержке управления образования и науки Липецкой области. Проект направлен на оказание психологической поддержки выпускникам районных школ Липецкой области и их родителям в ситуации экзаменационного стресса. Опытные психологи обучают детей техникам противодействия волнению, помогающим сосредоточиться, мобилизоваться, организовать свою деятельность в период подготовки и прохождения процедур ГИА.

Выпускники 11 классов Грязинского муниципального района узнали о проекте «Экзамены без стресса», который является победителем конкурса на предоставление из областного бюджета субсидии на реализацию социально значимых проектов. Далее следовала тренинговая программа, состоящая из четырех модулей. Выпускники посетили каждый из модулей программы и предоставили обратную связь психологам.

Как отметили обучающиеся 11 классов школ Грязинского района, такие тренинги необходимы, так как повышают уровень подготовки к экзаменам за счет снижения стрессовой ситуации. Впереди у ребят время на подготовку, не омрачаемое волнениями и переживаниями. А это значит, что все задуманное и запланированное обязательно сбудется!







