

Во второй четверти 2022-2023 учебного года в 9 классе проводились тренинговые занятия с целью снять раздражение; уменьшить травмирующее человека влияние той или иной проблемы; изменить свое отношение к самому себе, предмету, событию. Проводила тренинги психолог "Центра Социализации молодёжи" Джигоева М.В.

Занятия проводились с помощью нескольких упражнений, такие как, «Самого себя любить», «Я - Гулливер», «Уменьшение проблемы», «Щит и меч». С помощью этих упражнений учить подростка неагрессивным формам поведения в критических, проблемных для них обстоятельствах.



Трудные, стрессовые, кризисные ситуации, в которые попадают учащиеся, в том числе в ходе учебного процесса в рамках конкретного образовательного учреждения вызывают у них много отрицательных эмоций.

Одной из важных психолого-педагогических задач является то, что надо научить ребят управлять своими чувствами, продемонстрировать учащимся конструктивную реакцию на отрицательные чувства и принимать себя таким, какой он есть со всеми достоинствами и недостатка.

