

## **Отчет о проведении «Недели психологии»**

### **в МБОУ Балаганской СОШ № 2**

**С 20 по 24 ноября 2023 года в Российской Федерации проходила осенняя Неделя психологии**

Во исполнение п. 113 плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года, утвержденного распоряжением Правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р, Указа Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей», а также празднования профессионального праздника – День психолога.

В Балаганской школе № 2 проходила Неделя психологии. Комплекс мероприятий в общеобразовательной организации зарекомендовал себя в качестве эффективного инструмента создания психологически безопасного и развивающего образовательного пространства. Такое пространство формируется, в том числе, благодаря вовлечению всех участников образовательных отношений в деятельность, позволяющую лучше узнать самого себя, понять окружающих и научиться управлять своими состояниями.

В рамках Недели психологии организовывалась активность детей и взрослых, проводились различные мероприятия, которые способствовали установлению и поддержанию благоприятного психологического климата, психологически безопасной образовательной среды, направленной на сохранение культурной идентичности и передачи культурных традиций народов Российской Федерации, чувства психологического благополучия у участников образовательных отношений.

К задачам Недели психологии относилось:

- повышение психологической компетентности участников образовательных отношений;
- создание условий для формирования и поддержания устойчивых дружеских отношений на основе принятия и взаимоуважения, содействие духовнонравственному развитию и воспитанию личности, поддержание психологически безопасной образовательной среды;

- проведение мероприятий, направленных на формирование стрессоустойчивости, навыков саморегуляции и разрешения конфликтов, развитие навыков общения, в том числе в поликультурном контексте;

- актуализация знаний обучающихся, их родителей (законных представителей) о системе психологической службы общеобразовательной

организации, направлениях работы педагога-психолога и социального педагога, возможностях обращения в психологическую службу;

- актуализация знаний и представлений участников образовательных отношений о возможностях применения в повседневной жизни достижений психологической науки, ее роли в организации образовательной среды.

*Основными тематическими направлениями Недели психологии:*

- развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся, в том числе, содействие принятию традиционных российских духовно-нравственных ценностей – сохранение и уважение достоинства человека, крепкая традиционная семья; руководство на жизненном пути принципами гуманизма, милосердия, справедливости, взаимоподдержки, ответственности, взаимоуважения, сотрудничества и сплоченности; особое внимание отводилось ценностям человеческой жизни;

- развитие навыков жизнестойкости, в том числе освоение приемов саморегуляции, снятия напряжения и тревоги с использованием медитативных техник, мышечной релаксации и иных, навыков анализа актуального эмоционального состояния, актуализация личностных ресурсов;

- развитие навыков общения, социальной гибкости, дружелюбия, освоение навыков распознавания эмоций (своих и собеседника), невербальных сигналов в процессе общения, совершенствование навыков конструктивного разрешения конфликтной ситуации, повышение культуры общения и межличностного взаимодействия;

- профориентационная работа, направленная на повышение осведомленности обучающихся об открытии психолого-педагогических классов и возможностях поступления на программы подготовки педагогов-психологов (для обучающихся по программам основного общего и среднего общего образования (9-11 класс).

Реализация мероприятий Недели психологии осуществлялась в ходе трех этапов – подготовительного, основного (проведение мероприятий) и этапа обратной связи.

**По плану Недели психологии (с 20 по 24 ноября)  
проведены мероприятия:**

**Для обучающихся начальных классов (1-4). возраст: 6-10 лет**

**Блок 1.** Развитие у обучающихся переживания ценности человеческой жизни, собственной и другого человека, освоение и укрепление нравственных ценностей

**Занятие (игровое) «Каждый ценен»**

Цель: развитие навыков общения, укрепление позитивного отношения

к окружающим, развитие рефлексии и способности к осознанию своих чувств.

**Блок 2.** Развитие жизнестойкости и навыков саморегуляции, формирование уверенности в себе, способности управлять собственным поведением и отвечать за него

**Занятие (игровое) «Волшебные превращения»**

Цель: формирование умений и навыков по сохранению и укреплению

психического здоровья участников на основе овладения ими способов

саморегуляции и активизации личностных ресурсов; развитие способности

справляться с жизненными сложностями.

**Блок 3.** Развитие навыков общения и конструктивного разрешения конфликта

**Занятие (игровое) «Давайте дружить»**

Цель: обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских взаимоотношений внутри класса, совладания с конфликтными ситуациями, стимулирование заинтересованности в поисках путей выхода из конфликтных ситуаций.

**Для обучающихся среднего звена (5-8 классы), возраст: 11-14 лет**

**Блок 1.** Развитие у обучающихся переживания ценности человеческой жизни, собственной и другого человека, освоение и укрепление нравственных ценностей.

**Тренинговое занятие «Ценность каждого»**

Цель: формирование у обучающихся чувства ценности жизни любого человека.

**Блок 2.** Развитие жизнестойкости и навыков саморегуляции, формирование уверенности в себе, способности управлять собственным поведением и отвечать за него.

**Тренинговое занятие «Внутренняя сила»**

Цель: формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья участников на основе овладения способами саморегуляции и активизации личностных ресурсов; обсуждение различных ситуаций, с которыми могли сталкиваться обучающиеся, и поиск путей их решения.

**Блок 3.** Развитие навыков общения и конструктивного разрешения конфликта

**Тренинговое занятие «Давайте дружить»**

Цель: обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских взаимоотношений, совладания с конфликтными ситуациями, стимулирование заинтересованности в поисках путей выхода из конфликтных ситуаций.

**Для обучающихся среднего общего образования и полного общего**

**образования (9-11 классы), возраст: 15-17 лет**

**Блок 1.** Развитие у обучающихся переживания ценности человеческой жизни, собственной и другого человека, освоение и укрепление нравственных ценностей.

**Тренинговое занятие «Разные и прекрасные»**

Цель: формирование представления обучающихся о ценности человеческой жизни, об уникальности и ценности каждой личности; развитие и укрепление понятия самооценности; формирование уважения к окружающим.

**Блок 2.** Развитие жизнестойкости и навыков саморегуляции, формирование уверенности в себе, способности управлять собственным поведением и отвечать за него.

**Тренинговое занятие «Внутренняя сила»**

Цель: формирование умений и навыков по сохранению и укреплению психического здоровья участников на основе овладения ими способов саморегуляции и активизации личностных ресурсов. Развитие способности справляться с жизненными сложностями.

**Блок 3.** Развитие навыков общения и конструктивного разрешения конфликта

**Тренинговое занятие «Давайте дружить»**

Цель: обучение навыкам выстраивания устойчивых дружеских взаимоотношений, взаимоуважительного отстаивания своего мнения, повышение умения обучающихся определять и вербализировать свои переживания.

**Блок 4.** Профориентационная работа, направленная на повышение осведомленности обучающихся об открытии психолого-педагогических классов и возможностях поступления на программы подготовки педагогов-психологов.

**Занятие с элементами тренинга «Формула выбора профессии»**

(Методические разработки Ю.В. Тюшева адаптированы для мероприятий Недели психологии)

Цель: актуализация представлений обучающихся о своих профессиональных интересах, способностях, совершенствование знаний о мире помогающих профессий.

**Для родителей (законных представителей) обучающихся**

## **Тренинговая игра «Какой я? Каким меня видят окружающие?»**

### **Каким я хочу быть?»**

Цель: гармонизация эмоциональных связей в семье, укрепление семейных

взаимоотношений, развитие взаимопонимания, самоанализ и рефлексия.

### **Психологический интенсив «Внутренняя сила»**

Цель: повышение информированности и компетентности родителей (законных представителей) обучающихся в вопросах стрессоустойчивости, саморегуляции, общения, развития дружеских взаимоотношений, поведения в конфликте, а также нравственного развития личности.

**Банк упражнений для проведения занятий с педагогами, родителями**

**(законными представителями) обучающихся**

**Упражнение 1. «ИМЯ - ДВИЖЕНИЕ»** (по принципу «снежного кома»)

Цель упражнения: сплочение коллектива.

### **Упражнение 3. «Список общих качеств»**

(составитель – Волков Д.С., Федеральный координационный центр по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации).

Цель упражнения: отработка техники регуляции эмоционального напряжения

в общении, создание условий для формирования и поддержания устойчивых

дружеских взаимоотношений на основе сходства.

### **Упражнение 4. «Я - дома, я - на работе»**

Цель упражнения: оценка своей деятельности со стороны.

### **Упражнение 5. «Ресурсы человека»**

(авторы: Одинцова М.А, Захарова Н.Л., адаптировано для мероприятий

Недели психологии)

Цель упражнения: изучить и обнаружить ресурсные составляющие родителя

(законного представителя), позволяющие успешно преодолевать жизненные

трудности.

### **Упражнение 5.1. «Ресурсы человека: Жизнестойкость»**

(автор С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, адаптировано для мероприятий  
Недели психологии).

Цель упражнения: изучение и анализ аспектов жизнестойкости  
родителя  
(законного представителя).

### **Упражнение 6. «Приветствия»**

(автор: К. Фопель, адаптировано для мероприятий Недели  
психологии)

Цель упражнения: знакомство участников группы, создание  
дружелюбной  
атмосферы, уважительного отношения друг к другу.