

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 10»  
г. Артёмовский Свердловской области, ул. Пригородная, 2 А  
тел. (34363) 26773, E-mail: artschool10@mail.ru

## Осенняя неделя психологии (2024–2025 учебный год)

даты проведения 18.11.2024-22.11.2024

**Цель осенней недели психологии в 2024–2025 учебном году** — создание условий для формирования и поддержания психологически безопасной образовательной среды, способствующей защите участников образовательных отношений от угроз психическому здоровью, установлению благоприятного социально-психологического климата и обеспечению чувства психологического благополучия.

### Задачи:

1. **Создание психологически безопасной образовательной среды.** Профилактика травли, социально опасного поведения и других негативных явлений (насилие, суицидальное поведение). Минимизация рисков психологического неблагополучия обучающихся.
2. **Развитие психологической компетентности.** Повышение уровня знаний и навыков в области психологии у педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) и иных членов семьи. Актуализация представлений о практическом применении социальной психологии в жизни человека и общества.
3. **Формирование жизнестойкости и актуализация личностных ресурсов.** Развитие навыков саморегуляции, стрессоустойчивости, умения справляться с интенсивными эмоциями и сложными жизненными ситуациями. Освоение приёмов снятия напряжения и тревоги (медитативные техники, мышечная релаксация и др.).
4. **Совершенствование коммуникативных навыков.** Развитие умений распознавать эмоции (свои и собеседника), понимать невербальные сигналы, конструктивно разрешать конфликты. Формирование дружелюбия, социальной гибкости и культуры общения.
5. **Создание условий для устойчивых дружеских отношений.** Формирование и сохранение гармоничных отношений в учебных и профессиональных коллективах на основе принятия и взаимоуважения.
6. **Информирование о деятельности психологической службы.** Актуализация знаний обучающихся, их родителей и других участников образовательных отношений о возможностях психолого-педагогической помощи, направлениях работы педагога-психолога и социального педагога.
7. **Развитие навыков безопасного социального взаимодействия.** Ознакомление с основами юридической психологии, правилами безопасного поведения в различных ситуациях.
8. **Содействие личностному и профессиональному самоопределению.** Расширение представлений о мире профессий, поддержка процессов самоопределения обучающихся.

Тематические направления осенней недели психологии — 2025, согласно методическим рекомендациям, включают:

- развитие умений и навыков справляться с жизненными ситуациями и интенсивными эмоциями;
- совершенствование навыков общения, формирование благоприятного социально-психологического климата;

День недели	Цель	Мероприятия	Участники
<p>Понедельник 18.11.2024</p>	<p>создание доверительной атмосферы, информирование о возможностях психологической поддержки, сбор запросов от участников.</p>	<p>торжественная линейка с презентацией плана недели;</p> <p>«Открытые двери психолога» — мини-консультации по текущим вопросам;</p> <p>анкетирование «Мои ожидания от Недели психологии»;</p> <p>запуск «Ящика доверия» для анонимных обращений;</p> <p>размещение информационных постеров о работе психологической службы</p>	<p>все классы, педагоги, родители (через информационные каналы).</p>
<p>Вторник 19.11.2024</p>	<p>развитие способности распознавать и регулировать собственные эмоции, формирование эмпатии и навыков конструктивного взаимодействия.</p>	<p>мастер-класс «Как управлять гневом» с практическими техниками саморегуляции;</p> <p>интерактивная игра «Эмоциональный лабиринт» — отработка навыков эмпатии;</p> <p>стенгазета «Мир чувств» — размещение детских рисунков и высказываний об эмоциях;</p> <p>семинар для педагогов «Признаки эмоционального выгорания и способы профилактики».</p>	<p>5–9 классы.</p>

Среда 20.11.2024	укрепление групповой сплочённости, формирование навыков бесконфликтного общения, повышение самооценки участников	<p>игра «Круг комплиментов» — упражнение на позитивное общение;</p> <p>коллективная творческая работа «Наш дружный класс» (коллаж/плакат);</p> <p>квест «Секреты дружбы» с заданиями на взаимопомощь и сотрудничество;</p> <p>мини-тренинг «Как разрешить конфликт?» с разборкой типичных ситуаций;</p>	1–4 классы, классные руководители.
Четверг 21.11.2024	содействие профессиональному самоопределению, развитие навыков целеполагания и самоорганизации, снижение тревожности перед будущим.	<p>профориентационный квест «Мой профессиональный компас»;</p> <p>дискуссия «Мои цели и мечты» с элементами визуализации будущего;</p> <p>консультация для педагогов «Как помочь старшеклассникам в самоопределении».</p>	8–11 классы, педагоги.
Пятница 22.11.2024	укрепление детско-родительских отношений, формирование культуры взаимоподдержки в семье, повышение вовлечённости родителей в психологическую жизнь школы.	<p>круглый стол «Родительская поддержка: как не переборщить?» с участием психолога;</p> <p>акция «Письмо благодарности» — написание посланий близким;</p> <p>итоговая рефлексия «Что я открыл за эту неделю» с заполнением анкет и размещением отзывов на стенде.</p>	родители, педагоги, учащиеся 1–11 классов

Педагог-психолог МБОУ «СОШ №10»

/А.В. Пименова/

Директор МБОУ «СОШ №10»



/А.С. Козлов/