

«Утверждаю»  
 Директор школы:  
 А.В. Алтухова  
 Приложение  
 к Приказу № 264-о.д. от 07.11.2022г



**ПЛАН ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ  
 ВЫПУСКНИКОВ 9 КЛАССА  
 на 2022-2023 учебный год**

Вид работы	Примечания	Дата проведения мероприятия
<b>1. Диагностический этап</b>		
Оценка стрессоустойчивости. Получение информации, необходимой для формирования субъектами образовательного процесса (учителями, родителями и самим школьником)	Диагностическое Тестирование: 1.Уровень школьной тревожности Филлипса 2.Диагностика самооценки (уровень личностной и ситуационной тревожности) Ч.Д.Спилберга	Сентябрь - октябрь 2022 г
<b>2. Консультационный этап</b>		
Совместная разработка со школьниками, педагогами или родителями условий, необходимых для достижения планируемых личностных преобразований на основе результатов диагностического исследования	Практико-ориентированные уроки с элементами тренинга: 1.«Стресс – это урок жизни» 2.«Учимся ставить цели»	ноябрь 2022 г
<b>3. Формирующий этап (формирование компонентов стрессоустойчивости)</b>		

<p>1. Формирование мотивационного компонента, мотивации на самопознание и саморазвитие. Повышение познавательной компетентности: осознание сущности стрессовой ситуации, своих возможностей и сильных сторон при возникновении трудностей, решении жизненных задач. Осознание собственной индивидуальности.</p> <p>2. Повышение познавательной компетентности, развитие навыков определения причин возникающих трудностей, расширение опыта их преодоления, формирование модели стрессоустойчивой личности. Осознание ее личностных механизмов, критериев конструктивного преодоления.</p> <p>3. Формирование коммуникативной компетентности. Определение модельных характеристик коммуникабельного человека. Оценка потребности в общении.</p> <p>4. Повышение познавательной компетентности, эмоциональной грамотности. Освоение приемов эффективного общения. Формирование уверенного поведения, развитие навыков самораскрытия. Развитие рефлексии и способности к саморегуляции.</p> <p>5. Преодоление ригидности мышления, развитие креативности, пластичности, творческой активности.</p>	<p>Тренинги с элементов видеотренинга:</p> <p>1.«Стресс и личность в современном обществе»  2.«Типы реакций на стресс. Защитные механизмы личности»  3.«Управление эмоциями»  4.«Мыслим позитивно»</p>	<p>Декабрь 2022 г  – апрель 2023 г</p>
<p><b>4. Контрольный этап</b></p>		
<p>Повторная диагностика. Оценка динамики личностных преобразований.</p>	<p>Диагностическое тестирование:</p> <p>1.Уровень школьной тревожности Филлипса  2.Диагностика самооценки (уровень личностной и ситуационной тревожности)  Ч.Д.Спилберга  3.Диагностика психоэмоционального напряжения</p>	<p>май 2023 г</p>

Составил педагог-психолог:

М.А. Косенко

07.11.2022 г