



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №14»

**Неделя психологии – современная форма работы  
Психологической службы**



**#ПсихологическаяСлужба14Школы**



Ахтямова Х.М., педагог-психолог  
Ишимова З.А., педагог-психолог  
Мустафина А.Б., педагог-психолог  
Проворова И.В., учитель-логопед

**г. Нефтеюганск, 2024год**

# Методические рекомендации



- Методические рекомендации по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов здорового образа жизни, предупреждение суицидального поведения, (Минпросвещения России)
- Методические рекомендации «Аутодеструктивное поведение в подростковом возрасте: профилактика и основы психолого-медико-педагогической помощи» (ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей»), 2019 год

## **Основные тематические направления**

- развитие ценностно-смысловой сферы личности и ценностного самоопределения обучающихся,
- развитие стрессоустойчивости и совершенствование навыков саморегуляции,
- развитие коммуникативной компетентности, дружелюбия, совершенствование навыков конструктивного разрешения конфликтной ситуации

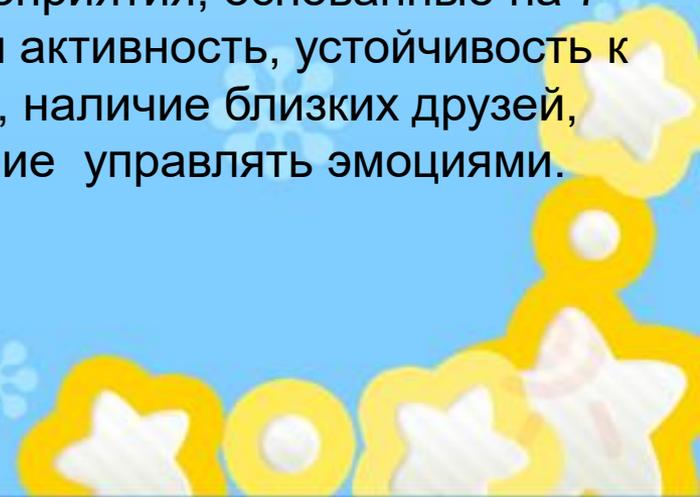


## **Неделя психологии в МБОУ «СОШ № 14»**

### **Цели**

1. Расширение жизненного пространства участников образовательного процесса за счет внесения в их жизнь дополнительных смыслов, эмоционального опыта, чувственных красок.
2. Понимание ценности чувств другого человека и необходимости бережного к ним отношения; развитие эмоционального интеллекта у обучающихся.
3. Формирование навыков саморегуляции, жизнестойкости и стрессоустойчивости у участников образовательного процесса.
4. Профилактика жестокости, агрессивного поведения, буллинга, суицидальных намерений у несовершеннолетних.

В рамках Недели психологии запланированы мероприятия, основанные на 7 признаках психологического здоровья: физическая активность, устойчивость к стрессу, умение принимать себя и адаптироваться, наличие близких друзей, умение планировать, стремление к знаниям, умение управлять эмоциями.





# Информационные ресурсы

Ролик-мультфильм «Травле-нет!»	травлинет.рф	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=S06wHGttTtY">https://www.youtube.com/watch?v=S06wHGttTtY</a>
Антибуллинговая информационно-коммуникационная страница Центра толерантности для педагогов.	каждыйважен.рф	<a href="https://xn--80aafhhcdvf2b2k.xn--p1ai/materials/">https://xn--80aafhhcdvf2b2k.xn--p1ai/materials/</a>
Травли. net – антибуллинговая программа АНО «БО «Журавлик»	травлинет.рф	<a href="https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/">https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/</a>
Центр защиты прав и интересов детей (Министерство просвещения РФ)	Методические материалы по профилактической работе	<a href="https://fcprc.ru/materials-category/?param=/vseros-sijskoe-roditelskoe-sobranie">https://fcprc.ru/materials-category/?param=/vseros-sijskoe-roditelskoe-sobranie</a>
Портал «Я родитель!»	Виртуальные консультации, памятки, инфографика	<a href="https://www.ya-roditel.ru/">https://www.ya-roditel.ru/</a>



# Ресурсы психологической помощи:

Ресурсы помощи	контакты
Школьная служба примирения	МБОУ «СОШ № 14» кабинет 154
Ящик доверия	1 этаж Блок Б, напротив кабинета 157
Цифровой ресурс ХМАО-Югры «Осторожно, буллинг!»	Цифровая платформа «Образование Югры»
Детский Телефона доверия	<a href="https://telefon-doveria.ru/">https://telefon-doveria.ru/</a>
Помощь Рядом. РФ	<a href="https://pomoschryadom.ru/">https://pomoschryadom.ru/</a>
Травли нет. РФ	<a href="https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/">https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/</a>
Просветительский социальный проект о буллинге «Я не плакса. РФ»	<a href="https://xn--80aanvdkpt3j.xn--p1ai/">https://xn--80aanvdkpt3j.xn--p1ai/</a>





# План недели психологии

Дата/ название	Признаки психологическог о здоровья	Мероприятия	Участники
Понедельник	Вы умеете планировать и стремитесь к знаниям	Замер настроения (замер эмоционального состояния в начале Недели: злость, грусть, спокойствие, радость - цветные стикеры)	1 – 11 классы
		«Ящик доверия» работает в течение Недели «Напиши письмо психологу...»	1 – 11 классы
		Размещение информации о Неделе психологии и «Международном дне телефона доверия» на сайте школы и в группе МБОУ «СОШ № 14» в ВК	
		Запуск видеороликов о службе «Детский телефон доверия» на экранах телевизоров в фойе школы	1-11 классы
		Конкурс на лучшее эссе о детском телефоне доверия «Время реальных историй»	1-11 классы
		Тренинг на сплочение «Мы дружные!»	4 классы
		«Не знаю, чего хочу»: серия мероприятий в поддержку выбора будущей профессии <a href="#">Конкурсы и акции   Телефон доверия 8-800-2000-122 (telefon-doveria.ru)</a>	9-11 классы
		Игры на переменах «Стоп эмоциям!»	1-7 классы
Интеллектуальный марафон «Учение с увлечением!» (игры на развитие памяти, внимания, мышления)	1- 4 классы		



# План недели психологии

Дата/ название	Признаки психологическог о здоровья	Мероприятия	Участники
Вторник	Вы устойчивы к стрессу	Практикум для педагогов «Профилактика эмоционального выгорания»	Педагоги, практикум в а\зале
		Танцевальный флешмоб «Психологическое конфетти»	В течение Недели психологии
		Конкурс плакатов « Телефон доверия» (один плакат формата А3 от класса)	1-11 классы
		Акция «Экзамены без стресса!» (способы снятия эмоционального напряжения, способы самоподдержки)	9, 11 классы
Среда	Вы принимаете себя и умеете адаптироваться	Квест –игра «Марафон Доверия»	5,8 классы (12 чел)
		Акция «Мой друг – Телефон Доверия» с персонажем Большое Ухо	Фойе школы
		Квест –игра «Марафон доверия»	2,3 классы (12 чел)
		Гид по твоей самооценке «Ты сильнее, чем ты думаешь»	Фойе школы
Четверг	У вас есть близкие друзья	Акция «БЕЗТРАВЛИ#», Упр. «Светофор», вручение памяток «Словесная самозащита»	5-11 классы
		Аллея звезд “Мой звездный класс” 1 плакат от класса на формате А3 (презентация классного коллектива)	1-11 класс
		Встреча с социальным педагогом «Правовой лабиринт»	6-7 классы



# План недели психологии

Дата/ название	Признаки психологического здоровья	Мероприятия	Участники
Четверг	Вы управляете эмоциями	<i>Путеводитель по развитию эмоционального интеллекта:</i>	2 этаж блок А
		1.Мастеская по арт-терапии ребят «Выше радуги»	
		2. Мастерская по формированию навыков преодоления трудностей.	2 этаж блок А
		Составление коллажа «Если я расстроен, я могу...»	
		3.Территория эмоциональной разгрузки.	2 этаж блок А
		4.Творческая мастерская для педагогов «Как создать картину из шерсти»	Педагоги школы
		5.Фотозона «Уголок спокойствия»	1-11 классы
Пятница	Вы физически активны	6.Заседание родительского клуба по обучению основам детской психологии и педагогики. «Как найти общий язык со своим ребенком?»	родители обучающихся
		7.Виртуальная психологическая консультация в инфографике «Я – родитель!» (информация портала «Я родитель»)	Родители обучающихся 1-11 классов
		1.Термометр чувств (итоговый замер эмоционального состояния)	1 – 11 классы
Понедельник	Вы психологически здоровы!	2.Фотовыставка «Вселенная моих эмоций и чувств» Конкурс фотографий	1-11 классы
		3.Спортивный турнир дружбы и доверия	5-8 классы
		4.Акция «Я принимаю вызов!» Организация обменного пункта «вредных привычек» на конфеты.	5-11 классы
		Подведение итогов Недели психологического здоровья	Актный зал

# Социальные партнеры. Участие в городском квест-игре «Маршрут Доверия»



[https://vk.com/wall715661080\\_736](https://vk.com/wall715661080_736)



## Семинары для педагогов «Насилие среди сверстников: как разорвать замкнутый круг»



**Взаимодействие со специалистами  
Нефтеюганского комплексного центра  
социальной помощи населению**



# Неделя психологического здоровья



Акция «Замер настроения» [https://vk.com/wall-211846048\\_141](https://vk.com/wall-211846048_141)







# «Ящик доверия» «Напиши письмо психологу»

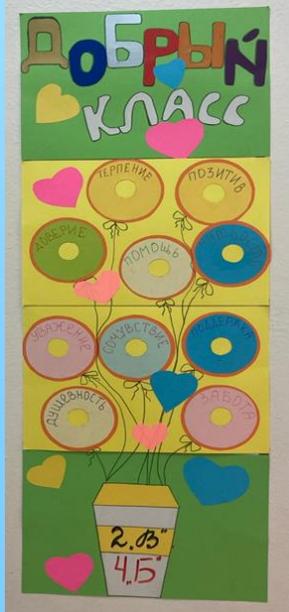


# Забор гласности





# Акция «Самый добрый класс»





# Акция «Мой звездный класс»

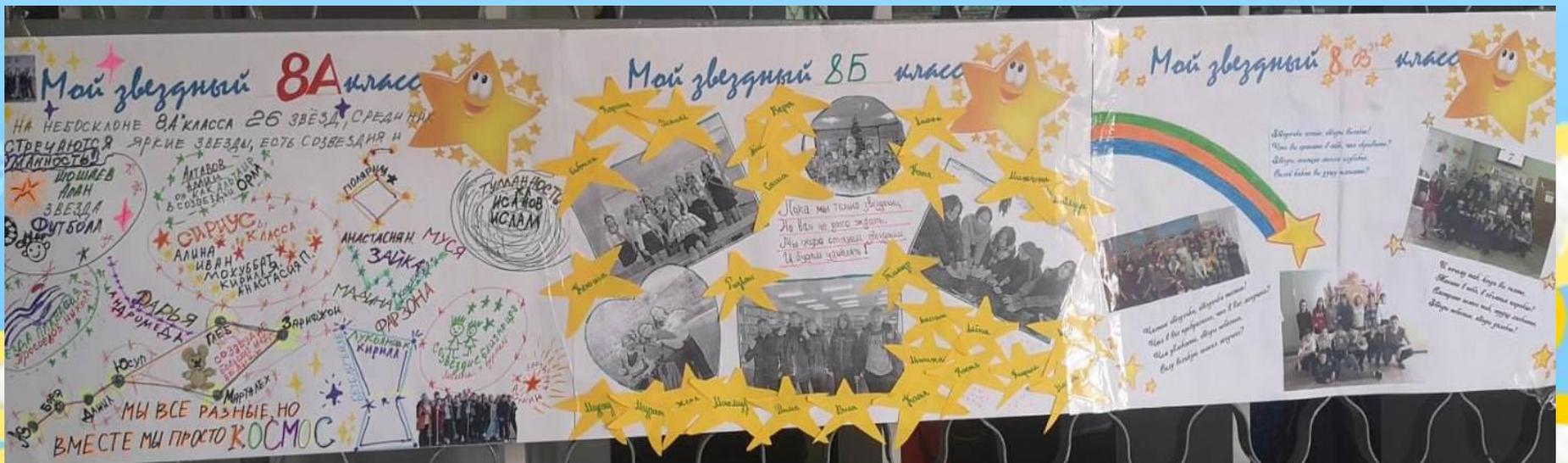


[https://vk.com/wall-211846048\\_148](https://vk.com/wall-211846048_148)





[https://vk.com/wall-211846048\\_148](https://vk.com/wall-211846048_148)



# Квест - игра «Маршрут доверия»



# Турнир доверия



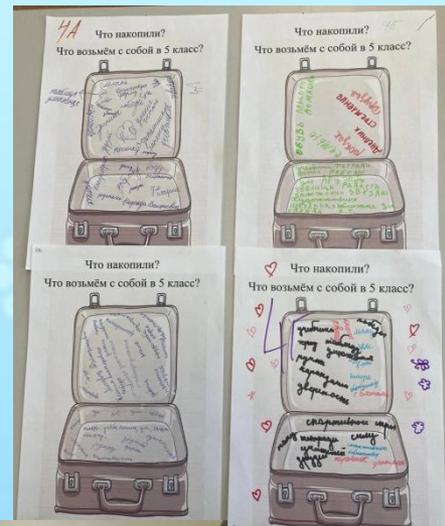




# Игра-путешествие



## «По дороге в 5 класс»







# Сплочение классных коллективов



# Разрешение конфликтных ситуаций





# Как противостоять буллингу?



#МОЛЧАТЬ НЕЛЬЗЯ ПОМОЧЬ



## Акция «БЕЗТРАВЛИ#»

### Упражнение «Светофор»



- ★ Встреча с социальным педагогом на тему «Имею право, но обязан»



[https://vk.com/wall-211846048\\_155](https://vk.com/wall-211846048_155)



# Конкурс плакатов и роликов «Вместе против буллинга!»



#молчатьнельзяпомочь



# Антибулинг: настольные игры, кинопоказы, инсценировки, мотивационные постеры



## Акция «Я принимаю вызов!»



## «Мы против курения!»

## Организация обменного пункта «вредных привычек» на конфеты



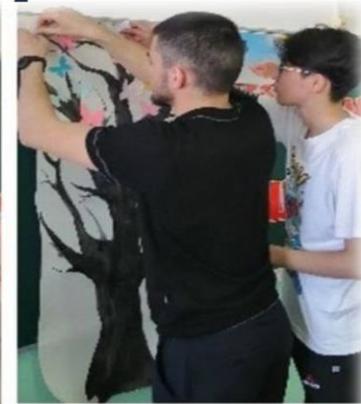
# Акция «Ты сильнее, чем ты думаешь!»



*Карточки  
психологической  
самоподдержки  
подготовили ученики  
5-х классов для  
обучающихся школы*



# Акция «Экзамены без стресса!»







# Акция «Экзамены без стресса!»



*Танцевальный флешмоб «Психологическое конфетти»*



<https://vk.com/wall-211846048> 143

*Тренинги, техники психологической поддержки старшеклассников  
«Экзамены без стресса!»*

<https://vk.com/wall715661080> 802



# Мастерская по арт-терапии



*Терапия рукоделием и творчеством.  
Эмоциональное самочувствие под контролем!*

<https://vk.com/wall-211846048> 158

# Акция «Мой друг – Телефон Доверия»



[https://vk.com/wall-211846048\\_144](https://vk.com/wall-211846048_144)



*Мы знаем где нам могут помочь!*  
[https://vk.com/wall-211846048\\_144](https://vk.com/wall-211846048_144)



# Территория эмоциональной разгрузки

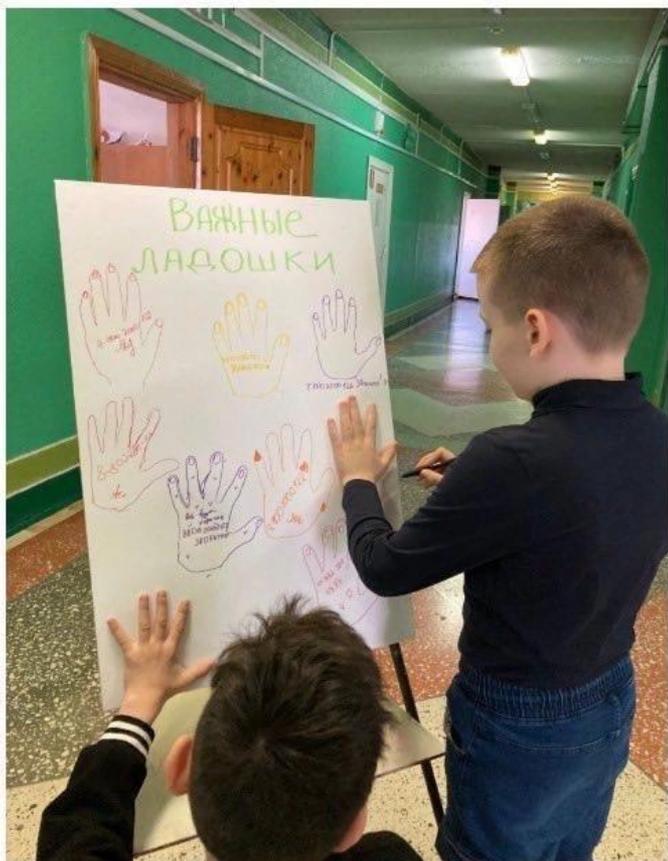


[https://vk.com/wall-211846048\\_151](https://vk.com/wall-211846048_151)



# Мастер-классы









# Песочная терапия





# ФОТОЗОНЫ







# Фотозона «Уголок спокойствия»



[https://vk.com/wall-211846048\\_156](https://vk.com/wall-211846048_156)



# Практикум для педагогов

## «Профилактика эмоционального выгорания. Способы психологической поддержки»



# Терапия искусством





# Психологический интенсив «Педагогический дуэт»





#Родительский клуб

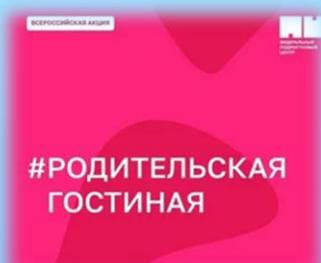
#Родительская Гостиная

(Федеральный подростковый центр)



## Обучение родителей основам детской психологии и педагогики

- Эмоциональное благополучие ребенка. Секреты общения и воспитания.
- Как помочь детям в период адаптации к новым условиям обучения
- Играя, обучаем вместе
- Психологическая безопасность детей подросткового возраста
- Как найти общий язык со своим ребенком?
- Как помогать подростку преодолевать систематическое агрессивное поведение со стороны сверстников? Стратегия поведения родителя.



- Безопасность подростков в реальном и виртуальном мире
- Быть чутким к подростку. Риски самоповреждающего поведения
- На экзамены - без стресса. Эмоциональное состояние ребенка. Как поддерживать и помочь справиться со стрессом во время экзаменов
- Секреты успешной мотивации: как помочь подростку найти интересное дело
- Как вести диалог с подростком на сложные темы.
- Как родителю подготовиться к новому учебному году
- Как договариваться с подростком? Развиваем навыки конструктивного диалога
- Семейные ценности
- Не-зависимость: как уберечь ребенка от употребления ПАВ
- Ставим цели и достигаем их вместе с подростком



# Всероссийская и региональная акция #МарафонДоверия

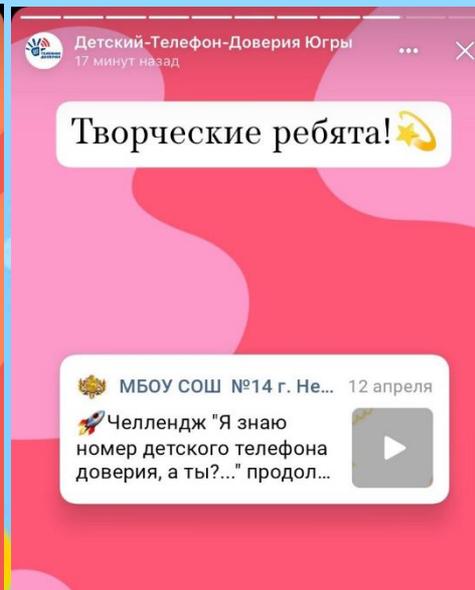
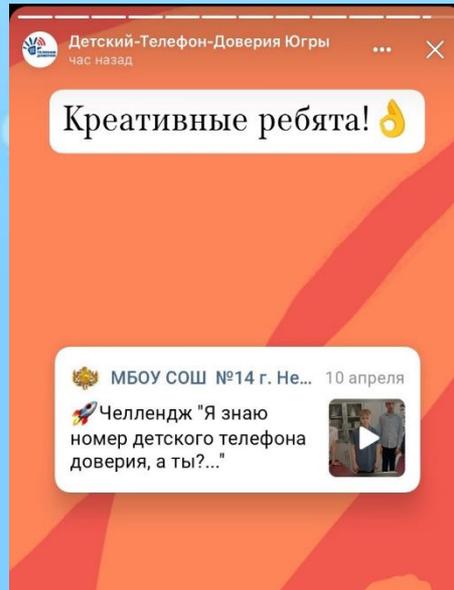
## #МарафонДоверия\_ХМАО-Югра - 2023



# Всероссийская и региональная акция #МарафонДоверия #МарафонДоверия\_ХМАО-Югра - 2024

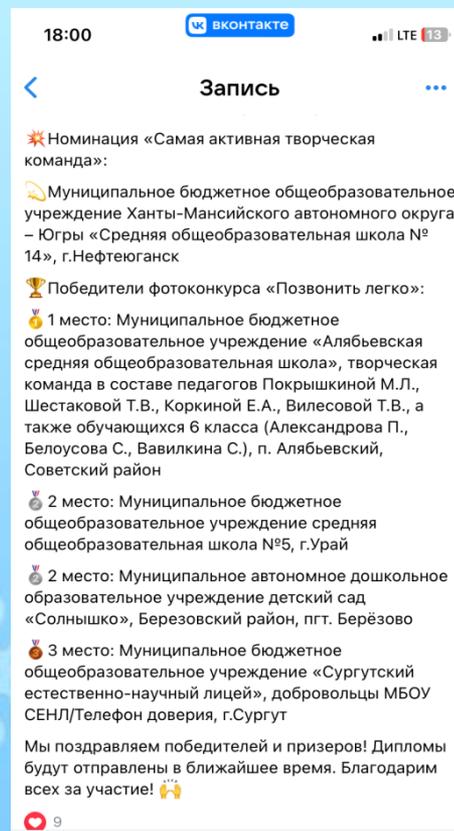


## Если надо – помощь рядом!



## #молчатьнельзяпомочь

# Результаты «Марафона Доверия - 2024»



**Призеры регионального этапа Всероссийской акции «Марафон Доверия - 2024»:**  
**- Заняли 2 место в Челлендже «Я знаю номер Детского телефона доверия»**  
**- Победили в номинации «Самая активная творческая команда»**

# Результаты по итогам мониторингов

- ★ Благоприятный климат в классных коллективах
- ★ Увеличение числа обучающихся, обратившихся за помощью к педагогам-психологам
- ★ Осведомленность о службах помощи в кризисных ситуациях, о телефоне доверия
- ★ Осведомленность обучающихся о действиях в ситуации буллинга, о различиях в понятиях конфликт/буллинг