

Среда, 16 февраля 2022, 15:56

---

16 февраля в МАОУ «Школа № 115» для учащихся 11-х классов при содействии Детской библиотеки имени П.Г. Аматыни состоялась встреча с психологом, педагогом дополнительного профессионального обучения, специалистом по профориентированию и личностному развитию, автором проекта "Кем стать" Кошель Татьяной Александровной.

Шилова Екатерина Николаевна, заведующий филиалом Детской библиотеки имени П.Г. Аматыни, подготовила библиообзор литературы для детей-подростков по теме "Антистресс: как побороть страхи и тревогу". На сайте библиотеки обзор доступен по ссылке:

<http://amatuni.blogs.donlib.ru/biblioobzor-antistress-kak-preodolet-strahi-i-poborot-trevogu/>

На занятии "Антистресс" в рамках профилактики стрессов и кризисных состояний у обучающихся были рассмотрены вопросы актуальных переживаний учащихся, связанных с предстоящими ЕГЭ. В процессе занятия у школьников расширились представления о средствах преодоления стресса, способах развития навыков самоконтроля для достижения поставленных целей. Занятие помогло ученикам снизить уровень эмоциональной напряженности и переживаний. [ФОТО](#)