

Психологи проведут антистрессовые тренинги для московских старшеклассников перед сдачей ЕГЭ

29.04.2015

Столичные психологи проведут тренинги по профилактике предэкзаменационного стресса для старшеклассников перед сдачей ЕГЭ. Об этом сообщает портал M24.ru со ссылкой на руководителя Московской городской психологической службы (МГПС) Антонину Ляшенко.

По ее словам, тренинги будут вестись бесплатно по заявкам от администраций учебных заведений среди учеников 9 и 11 классов. Пилотный проект уже идет в школе №719 в Зеленограде. Школьников учат, как преодолеть предэкзаменационную тревогу, не принимая успокоительных, а родителей и учителей, как правильно мотивировать детей к успешной сдаче экзамена, но не давить на них.

«Мы можем подготовить специальный тренинг для ребят, который поможет готовиться к экзаменам спокойно. Тренинг можно провести в рабочие дни после занятий. У службы есть окружные отделы в каждом округе, в них трудятся психологи, которые специализируются на работе со школьниками», - пояснила руководитель МГПС.

По словам А.Ляшенко, ученики и родители могут прийти в службу, чтобы получить индивидуальную консультацию. «К нам уже обратилась школа №719 из Зеленограда. Отдел психологической помощи в Зеленоградском округе проводит с ними работу», - отметила она.

Член комиссии Общественной палаты РФ по развитию образования Любовь Духанина добавила, что идея проводить для школьников перед экзаменами антистрессовые тренинги своевременная и актуальная. «Детям важно не только выучить необходимый материал перед экзаменом, но и психологически подготовиться к испытанию, - рассказала эксперт. - К сожалению, нередки случаи, когда из-за волнения на экзаменах школьники с ошибками переписывают верно решенное задание из черновика на чистовик. Это негативно влияет на итоговую оценку. Психологическая поддержка позволит школьникам избежать этих проблем».

Адрес страницы: <http://zelao.mos.ru/presscenter/news/detail/1807220.html>

[Префектура Зеленоградского АО города Москвы](#)