

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Выселки
муниципального района Ставропольский Самарской области**

«Согласовано» Заседание ППк Протокол №1 от 28 августа 2026 _____ Мишагина С.А.	«Утверждаю» Директор ГБОУ СОШ с. Выселки _____ О.А. Чабуркина « ____ » _____ 2026 г.
--	--

Психолого-педагогическая программа
психологического просвещения
участников образовательного процесса

«Территория понимания»



С=RU, O=ГБОУ СОШ с.
Выселки, CN=Чабуркина
Ольга Александровна,
E=vysel_sch@samara.edu.ru
0080e4e232a4c0254b
2026.08.28 20:37:31+04'00'

Автор - составитель
педагог – психолог
ГБОУ СОШ с. Выселки
Дубылкина О.В

Пояснительная записка

Психолого-педагогическая программа психологического просвещения участников образовательного процесса «Территория понимания» - это комплексная система мероприятий, направленная на повышение психологической культуры, сохранение ментального здоровья и создание безопасной образовательной среды. Она охватывает всех участников образовательного процесса: **обучающихся, родителей и педагогов.**

Целевой блок

- **Цель программы:** Формирование психологической грамотности, развитие эмоционального интеллекта, профилактика деструктивного поведения (включая буллинг и зависимые формы поведения) и содействие успешной социализации участников образовательного процесса.
- **Задачи:**
 - Познакомить обучающихся с основами саморегуляции, конструктивного общения и методами справляться со стрессом.
 - Повысить родительскую компетентность в вопросах возрастных кризисов и поддержки детей.
 - Снизить риски профессионального выгорания у педагогов и обучить их техникам бесконфликтного взаимодействия.

2. Содержательный блок (направления работы)

Программа разделена на три целевые аудитории. Мероприятия проводятся в течение учебного года (с сентября по май).

Работа с обучающимися (по ступеням)

- **Начальная школа (1–4 классы):**
 - *Темы:* «Мы школьниками стали», «Мой класс», «Я и мои одноклассники», «Правила школьной жизни», «Дружба начинается с улыбки», цикл занятий «Что такое эмоции?», «Радость», «Грусть», «Удивление», «Страх», «Обида»; «Что такое доброта», «Как дружить и не ссориться», «Мои успехи дома и в школе», «Чем люди отличаются друг от друга», «Мы разные, но мы вместе», «Права и обязанности детей», «Телефон доверия», «Экстренные службы помощи», «Наш выбор-здоровье, жизнь, успех».
- *Форматы:* сказкотерапия, игровые занятия, занятия с элементами тренинга, интерактивные классные часы, час общения, беседы, ролевые игры, арт-терапевтические техники.
- **Среднее звено (5–8 классы):**
 - *Темы:* «Анатомия конфликта: как решать споры», «Уверенность в себе и самооценка», «Профилактика буллинга и кибербуллинга», «Остров дружбы», «Вербальные способы общения», «Невербальные способы общения», «Я и мои чувства и эмоции», «Семья и семейные ценности», «О честности и

умении держать слово», «Наш выбор-здоровье, жизнь, успех», «Как справиться с плохим настроением и обидой», «Телефон доверия», «Мы разные, но мы вместе», «Права и обязанности детей, ответственность за поступки».

○ *Форматы:* Дискуссионные клубы, просмотр и обсуждение тематических фильмов (например, «Чучело»), психологические квесты, занятия с элементами тренинга, интерактивные классные часы, беседы, ролевые игры, тренинги уверенного поведения, арт-терапевтические техники.

- **Старшая школа (9–11 классы):**

- *Темы:* «Мы разные, но мы вместе», «Профилактика буллинга и кибербуллинга». «Способы разрешений конфликтных ситуаций», «Телефон доверия», «Профориентация и выбор пути», «Формулы эмоционального равновесия», «Развитие навыков саморегуляции», «Наш выбор-здоровье, жизнь, успех», «Опасные привычки», «Психологические границы», «Стрессоустойчивость при сдаче ОГЭ/ЕГЭ».
- *Форматы:* Тренинги саморегуляции, лекции, мастер-классы, просмотр и обсуждение тематических фильмов, интерактивные классные часы, беседы.

Работа с родителями

- *Темы:* «Особенности организации учебно-воспитательного процесса в начальных классах, психолого-педагогическое сопровождение обучающихся», «Особенности организации учебно-воспитательного процесса в старшей школе, психолого-педагогическое сопровождение обучающихся», «Что такое СПТ», «Возрастные особенности младших школьников», «Возрастные особенности подростков», «Особенности взаимодействия семьи и школы», «Как воспитать в детях чувство ответственности», «Стили семейного воспитания. Половая неприкосновенность несовершеннолетних», «Семья и семейные ценности. Герои нашего времени», «Профилактика агрессивного и аутоагрессивного поведения школьников», «Безопасный интернет и цифровой этикет», «Профилактика детских кризисов», «Влияние семьи и школы на формирование личности ребенка/подростка», «Выбор профессии – сложности и перспективы», «Как помочь ребенку пережить экзаменационный стресс».
- *Форматы:* Родительские лектории, интерактивные родительские собрания, собрания, выпуск памяток, онлайн-вебинары, оформление стендов психологической поддержки.

Работа с педагогическим коллективом

- *Темы:* «Профилактика синдрома профессионального выгорания (СПВ)», «Специфика работы с «трудными» подростками», «Как распознать маркеры аутоагрессивного или деструктивного поведения», «Конструктивное общение с родителями», «Как сохранить ресурсное состояние и баланс между работой и личной жизнью», «Работа с гиперактивными и

неусидчивыми детьми», «Причины детской агрессии и способы реагирования на вспышки гнева», «Застенчивые и замкнутые дети: как помочь им раскрыться», «Помощь детям с низкой учебной мотивацией», «Работа с одаренными детьми», «Профилактика и разрешение школьных конфликтов (ученик — ученик, ученик — учитель)».

- *Форматы:* Семинары-практикумы, тренинги, беседы, лекции, оформление стендов психологической поддержки, пятиминутки психологической разгрузки.

-

3. Формы и методы психопросвещения

Для удержания внимания и доступности информации используются современные форматы общения:

- **Наглядные:** Инфографика, буклеты, психологические вестники на сайте школы, интерактивные стенды.
- **Интерактивные:** Психологические акции (например, весенняя, осенняя «Неделя психологии» в школе), мастер-классы.
- **Цифровые:** Информационные посты в школьных сообществах (VK, мессенджеры).

-

4. Ожидаемые результаты

- Повышение уровня психологической безопасности в школе.
- Снижение уровня тревожности у выпускников перед экзаменами.
- Уменьшение количества конфликтных ситуаций и случаев травли (буллинга).
- Рост обращаемости к школьному психологу со стороны учеников и родителей за превентивной помощью (признак доверия к службе).

Нормативно-методическая база

1. Закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС).
3. Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)».