

С 20 по 24 октября в МБДОУ ДС № 28 прошла неделя психологии под девизом: «Скажем стрессу – нет!». Проблема управления стрессом актуальна в современном обществе. Стресс сопровождает человека везде: детский сад, работа, отношения в семье и с окружающими. Практически ежедневно каждый человек испытывает стресс. В связи с этим знания о способах борьбы с ним необходимы для сохранения психического и физического здоровья.

Целью данной недели была активизация совместной деятельности всех участников образовательного процесса. Формирование стрессоустойчивости у детей и взрослых.

Педагогом- психологом были разработаны рекомендации для родителей «Про стресс у детей» и для педагогов «Как снизить стресс». В старших группах было проведено занятие «Учимся справляться со злостью», а в подготовительных группах «Скажем стрессу- нет!», с педагогами Евгения Олеговна провела тренинг «Расслабляемся вместе».

По итогам недели дети и взрослые познакомились со способами управления своим эмоциональным состоянием, повысился уровень информативности родителей (законных представителей) об особенностях развития детей.

Педагог-психолог Потапова Е.О.



