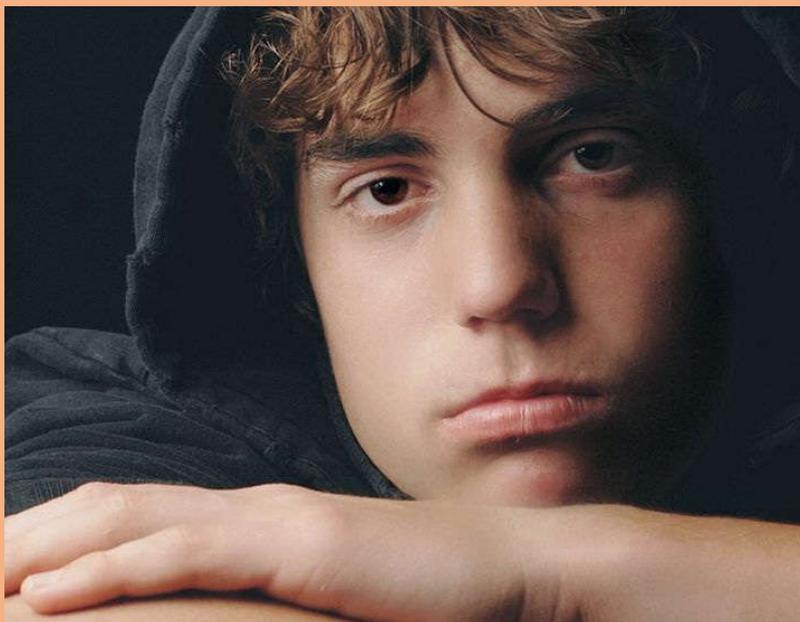


## Индивидуальные психологические занятия с учениками



## Психологические занятия проходят с учащимися, у которых:



- проблемы в общении,
- серьезный конфликт (с одноклассниками, учителями или родителями),

- трудности в адаптации,
- психологический стресс,
- низкая учебная мотивация,
- нарушения в поведении,

- повышенная тревожность,
- неуверенность в себе,
- школьные страхи (перед выступлениями у доски, на контрольных работах, зачетах и экзаменах).

## **В зависимости от возраста учащихся и их индивидуальных особенностей используются разные психологические методы**

- психологические консультации,
- рисуночная терапия,
- песочная терапия,
- тренинг уверенности,
  - коучинг,
- техники релаксации



# Психологические консультации



# Рисуночная терапия



Помогает преодолеть стресс, справиться с негативными эмоциями: *грустью, тревогой, страхами, гневом, обидой.*

Способствует улучшению взаимоотношений с родителями, учителями, одноклассниками.



# Песочная терапия



Помогает взглянуть на проблему со стороны, осознать ее и найти путь к ее решению.

Также как и рисуночная терапия, помогает в символической форме выразить негативные эмоции, освободиться от них.



# Тренинг уверенности

Некоторые ученики очень боятся выступлений у доски, контрольных работ, зачетов и экзаменов.

Тренинг помогает поднять самооценку, справиться с сильным волнением и нервным напряжением.



# Техники релаксации

Помогают снять сильное нервное напряжение, тревогу и страхи.



Способствуют профилактике и преодолению психосоматических заболеваний.

# Психологический кабинет

В психологическом кабинете создана уютная, творческая атмосфера, которая помогает подросткам освободиться от



негативных эмоций,  
релаксироваться и получать  
удовольствие от психологических  
занятий.