



План работы по профилактике эмоционального состояния обучающихся на 2025-2026 учебный год.

Цель деятельности: профилактика и преодоление социально - психологической дезадаптации.

Основные задачи:

- оказывать помощь в решении личностных проблем социализации и построении конструктивных отношений с родителями, педагогами и сверстниками;
- содействовать профилактике неврозов;
- способствовать развитию навыков саморегуляции и управления стрессом;
- направить на психокоррекционную и развивающую работу со школьниками к узким специалистам согласно результатам исследований;
- консультировать родителей по вопросам психологического комфорта в семье, конструктивному взаимодействию с подростком (оказание психологической помощи и поддержки субъектам образовательного процесса).

№	Наименование мероприятия	Участники	Сроки исполнения	Ответственный	Отметка о выполнении
Организационно-методическая работа					
1	Изучение нормативно-правовых документов, методических рекомендаций по организации работы среди обучающихся.	педагоги	В течение года	Педагог-психолог, зам. директора по УВР	
2	Изучение опыта и анализ проблемы эмоционального состояния в подростковом возрасте.	педагоги	В течение года	Педагог-психолог, зам. Директора по УВР	
Информационно-аналитическая работа					
1	Сбор банка данных на обучающихся с высоким уровнем тревожности и депрессии по результатам наблюдений и диагностики.	1-11 класс	Сентябрь-февраль	Педагог-психолог, кл. руководитель и	
Диагностическая работа					
1	«Дом, дерево, человек», Методика «Человек под дождем», «Три дерева», «Несуществующее животное».	1-4 класс	сентябрь	Педагог-психолог	
2	Опросник школьной тревожности Филипса, Методика Кондаша «Шкала тревожности»	5 класс	октябрь-март	Педагог-психолог	
3	«Шкала безнадёжности Бэка»	7-11 классы	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог	

4	Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности»	7-11 классы	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог	
5	Психодиагностический тест Л. Т. Ямпольского. Цель: мониторинг эмоционального состояния обучающихся	7-11 классы	октябрь-ноябрь	Педагог-психолог	
6	Опросник САН, Методика «Определение уровня тревожности» Ч.Д. Спилберг, адаптация Ю.Л. Ханина	9,11 классы	декабрь, март	Педагог-психолог	
Коррекционно-развивающая работа					
1	Занятия с элементами тренинга «Как справиться с плохим настроением?»	1-11 классы	в течение года	Педагог-психолог	
2	Занятия по профилактике суицидального поведения среди обучающихся подросткового возраста	«группа риска»	в течение года	Педагог-психолог	
3	«Познай себя» занятие с элементами тренинга	7-8 классы	ноябрь-декабрь	Педагог-психолог	
4	«Тропинка к своему Я»	5-6 классы	в течение года	Педагог-психолог	
Просветительская и профилактическая работа					
1	«Причины и мотивы нарушения в эмоциональном поведении поведения детей и подростков». «Опасные игры подростков». «Ошибки семейного воспитания». «Свободное время подростков»	Родители:	в течение года	Педагог-психолог	
2	«Профилактика нарушений в эмоциональной сфере несовершеннолетних в образовательном учреждении».	Педагоги	октябрь	педагог-психолог	
3	«Телефон-доверия - экстренная помощь в трудной жизненной ситуации»	1-11 классы	В течение года	педагог-психолог, социальный педагог	
4	Классный час по плану классных руководителей: «Жизнь по собственному выбору» «Жизнь одна» «На что потратить жизнь» «Что такое доброта: о добром отношении друг к другу»	8-11 классы 6-7 класс	В течение года	классные руководители.	
5	«Бесконфликтное общение»	Родители	март-апрель	педагог-психолог.	
6	«Проблема нарушений эмоционального состояния в юношеском возрасте»	Педагоги	апрель	педагог-психолог.	
7	«Как преодолеть тревогу», психологическая помощь при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ.	9,11 классы	январь-март	педагог-психолог.	

8	Занятие «Дружат дети на планете» (толерантность).	1-11 классы	март-май	педагог-психолог, классные руководители.	
Консультативная работа					
1	Вопросы организации социально - психолого-педагогического сопровождения, профилактики нарушений в эмоциональной сфере детей и подростков.	Учащиеся, Родители, Педагоги.	В течение года.	педагог-психолог.	

Ожидаемые результаты:

Организованная работа позволит:

- осуществлять социальную и психологическую защиту детей;
- снизить количество детей с девиантным поведением;
- избежать эмоциональных нарушений;
- организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

