

**ИНФОУРОК**

ведущий образовательный  
портал России

Министерство просвещения

Министерство науки  
и высшего образования



Программа онлайн-семинара

# **ЕГЭ как кризис в жизни старшеклассников**

---

**Сафьян Надежда Владимировна**

кандидат психологических наук, психолог,  
гештальт-консультант

**28 АВГУСТА 2024 С 15:00 ДО 17:00 (МСК)**

Москва, 2024 г.

## Для кого семинар

---

Педагогов старших классов, школьных психологов, родителей старшеклассников.

## Цель

---

Формирование у педагогов и родителей понимания специфики проживания кризиса подростками во время подготовки и сдачи

## Практическая значимость

---

На семинаре будут даны инструменты рефлексии для педагогов / родителей и подростков, позволяющих снизить эмоциональное напряжение, связанное с подготовкой и сдачей ЕГЭ, и сделать верные шаги для достижения цели.



## Актуальность темы

---

Период подготовки и сдачи экзаменов, а также поступления в вуз является стрессовым не только для подростков, но и для родителей и педагогов. Он сопровождается сильными эмоциональными переживаниями, которые порой мешают сконцентрироваться и сделать верные шаги для достижения результата. Взрослые, переживающие сильную тревогу за то, как сдаст экзамены ребенок и куда он поступит, чаще усугубляют состояние подростков. Данный семинар позволит педагогам и родителям по-новому увидеть этот кризисный период в жизни подростков и определить, как они могут помочь ребенку пройти это трудное время с наилучшим результатом, особенно, для самого ребенка.

# Сафьян Надежда Владимировна

---

**Кандидат психологических наук, психолог**

- Гештальт-консультант;
- Основатель проекта кризисного консультирования МыРядом2020.рф;
- Основатель ProПартнерства;
- Опыт индивидуального, семейного, организационного консультирования более 13 лет;
- Автор книг: «И это пройдет. Как найти выход и не потерять себя в трудные времена», «Маяк души. Книга для педагогов. Как сохранить внутренний свет и быть ориентиром на пути взросления детей».

79221700781@mail.ru | +7 922 170 07 81



## **Краткое содержание: Тайминг ~ 2 часа**

---

- 1. Приветствие. Представление. — 5 минут**
- 2. ЕГЭ – как кризисный переход и начало новой жизни — 20 минут**
- 3. Эмоциональная устойчивость подростка во время подготовки и сдачи ЕГЭ — 15 минут**
- 4. Особенности взаимодействия родителей и подростков во время подготовки и сдачи ЕГЭ — 10 минут**
- 5. Особенности взаимодействия учителей и подростков во время подготовки и сдачи ЕГЭ — 10 минут**
- 6. Инструменты рефлексии — 30 минут**
- 7. Ответы на вопросы — 30 минут**

**ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ**

**ИНФОУРОК**

---

ведущий образовательный  
портал России

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

[INFOUROK.RU/KURSY](https://infourok.ru/kursy) | [INFOUROK.RU/MEROPRIYATIYA](https://infourok.ru/meropriyatiya)