



Психологический практикум

«Как подготовить себя и ребенка к будущим экзаменам»

29 апреля 2026 года на базе нашего центра, совместно с отделом опеки и попечительства Вязниковского района, состоялся важный психологический практикум для старшеклассников и их законных представителей. Мероприятие под названием "**Как подготовить себя и ребёнка к будущим экзаменам**" прошло в атмосфере активного взаимодействия и обмена полезной информацией.

Для учащихся старших классов специалисты ЦППМС Вязниковского филиала провели серию практических упражнений, направленных на снятие предэкзаменационного стресса. Были представлены действенные техники релаксации и приемы саморегуляции, которые помогут ребятам чувствовать себя увереннее в ответственный период.

Параллельно с этим, для законных представителей был организован блок вопросов и ответов на тему "Как помочь детям подготовиться к экзаменам". Родители получили ценные рекомендации по созданию благоприятной обстановки дома, важности поддержки и эффективным стратегиям помощи в учебном процессе.

Особую значимость встрече придало участие представителей ГАПОУ ВО "Вязниковский технико-экономический колледж" и ГАПОУ ВО "Никологорский аграрно-промышленный колледж". Специалисты учебных заведений подробно рассказали о деятельности колледжей, многообразии профессий, доступных для выпускников, и условиях поступления. Это помогло старшеклассникам получить актуальную информацию для планирования своего профессионального будущего.

Мы уверены, что такой комплексный подход, объединяющий психологическую поддержку и практическую профориентацию, станет



надежным подспорьем для наших выпускников на пути к успешной сдаче экзаменов и поступлению в выбранные учебные заведения.



