

29 апреля 2019 г. (понедельник) в 18.30 часов (мск) Дирекция общего образования Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики» проводит онлайн родительское собрание на тему: «Психологическая подготовка к ЕГЭ».

Подготовка к ЕГЭ является значимой темой для старшеклассников, но почти половина успеха в сдаче экзаменов - то, что мы называем «правильным настроем», «психологическим состоянием», «стрессоустойчивостью». Действительно, знание о механизмах работы нашей психики в ситуациях выбора или стресса, использование простых приемов совладания со стрессом, знание о своих личных особенностях в решении когнитивных задач могут значительно повысить эффективность ученика в ситуации экзамена.

Встреча, которую проведет старший преподаватель Центра фундаментальной и консультативной персонологии, сертифицированный коуч, бизнес-тренер, кандидат психологических наук Шмелев Илья Михайлович, будет посвящена психотехнологиям совладания со стрессом и управлению эмоциями в ситуации экзамена. Будут затронуты такие темы, как

- Эмоциональное лидерство
- Стратегия работы с негативными эмоциями и стрессом
- Методы трансформации негативных эмоций в позитивные
- Умение переходить из одного эмоционального состояния в другое.

Целевая аудитория мероприятия – родители, учащиеся, школьные психологи и социальные педагоги.

Для подключения к онлайн трансляции необходимо зарегистрироваться по ссылке: <http://events.webinar.ru/3575585/2289681>

Задать вопрос до начала собрания можно по ссылке: <https://www.hse.ru/secondary/2schools>