

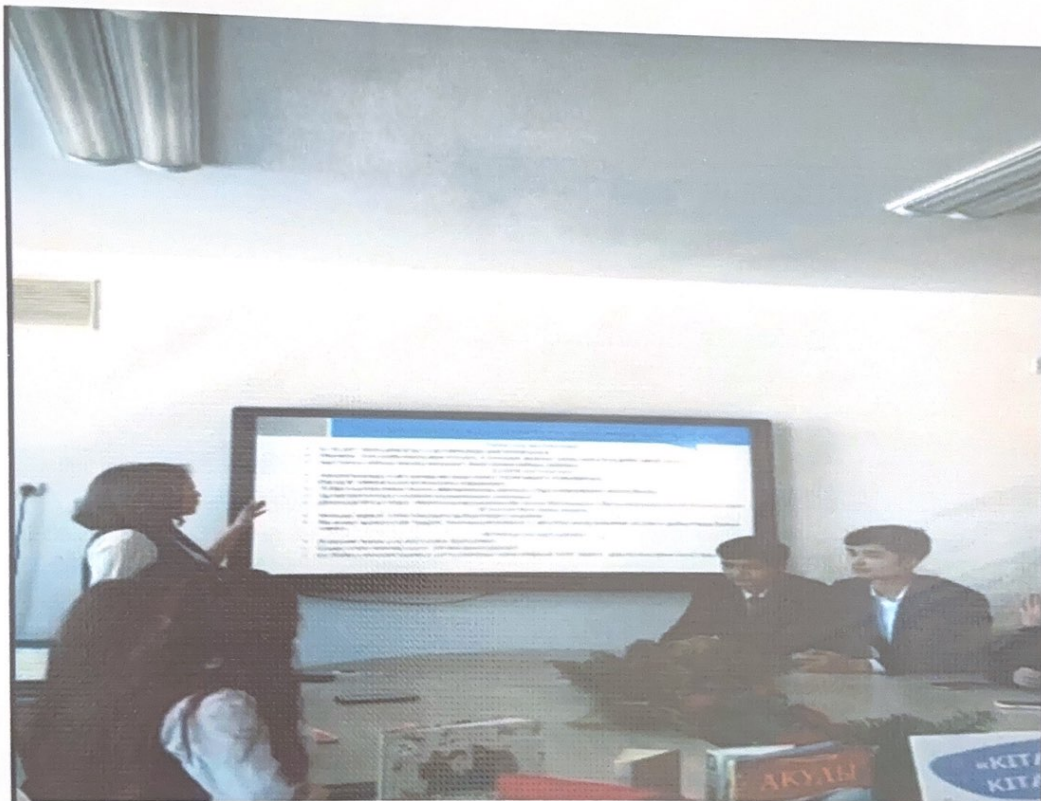
Анықтама

«Еңбегі адал-Жас өрен» жобасы «Мамандықтар әлемі» бағдарламасы аясында Мектебімізде 11-сынып оқушыларына арналған «ҰБТ-ға сеніммен бар!» атты психологиялық тренинг өтті.

Мақсаты: Оқушылардың емтихан алдындағы үрейін басып, өзіне деген сенімділігін арттыру және болашақ мамандығын таңдауда бағыт-бағдар беру. Мектеп психологтары оқушылармен келесі бағыттар бойынша жұмыс жасады:

- Стресске төзімділікті арттыру жаттығулары;
- Уақытты тиімді басқару (тайм-менеджмент);
- Эмоцияны басқару және ішкі тыныштықты сақтау.

Болашақ түлектерімізге сәттілік тілейміз! Сіздердің қолдарыңыздан бәрі келеді!



<https://www.instagram.com/reel/DUsXJcOjI0d/?igsh=MTIwb2QzMG5uYXZ4Yw==>

4Yw==