**Психологическая готовность к экзаменам.**

Почему нас так страшат ЭКЗАМЕНЫ?

Все неизвестное, незнакомое и неизученное пугает. Теряется уверенность в собственных силах. А как снизить градус эмоционального накала?

Педагог -психолог Мамедова С.О. провела тренинг для учащихся 9 класса по теме «Психологическая готовность к экзаменам», на котором подростки попробовали овладеть практическими упражнениями для снятия эмоционального напряжения, прошли тест “Подвержены ли вы экзаменационному стрессу?”, пожелали себе успеха на экзаменах,

поделились ощущениями и эмоциями, полученными на тренинге.



