Единый государственный экзамен в настоящее время стал очень популярной темой для обсуждения. Полезен он или вреден, показывает ли он реальные знания учеников или случайность здесь играет очень большую роль. Но, несмотря на все эти обсуждения, мы сталкиваемся с новой реальностью сдачи выпускных экзаменов. Каждый школьник уже знает, что ему предстоит сдавать ЕГЭ или ОГЭ. Часто эти аббревиатуры вызывают больше тревоги и волнений, чем он того заслуживает. В связи с этим актуальной стала и тема психологической подготовки к ЕГЭ/ОГЭ.

Так, в нашей школе, школьным психологом начала реализовываться программа «[Формула успеха](http://astrahan.bezformata.ru/word/formula-uspeha/344202/)». Цель данной программы: оказание психологической помощи обучающимся при подготовке и сдаче ЕГЭ.

Формула успеха у каждого своя. На занятиях не просто происходит обучение технологиям, но и формируются позитивные установки, помогающие эффективно сдавать экзамены и справляться с любыми стрессовыми ситуациями в жизни.

Подростки с восторгом приняли такую форму проведения занятий, были позитивно настроены на работу и выразили желание продолжать в том же направлении.

