

Экскурсия

- **+1 РД** (родители видят вашу инициативу)
- **+1 А** (дети вовлечены, коллеги отмечают креативность)

Индивидуальные беседы

- **+1 ПЗ** (конструктивный диалог снижает стресс)
- **+1 РД** (родитель чувствует внимание к ребёнку)

Сессия со школьным психологом

- **+2 ПЗ** (проработка конфликта с экспертом)
- **+1 А** (коллеги ценят ваш рациональный подход)

Мозговой штурм

- **+1 А** (ученики видят ваш нестандартный подход)
- **+1 РД** (родители довольны активными методами)

Разговоры о важном

- **+1 РД** (родители ценят открытость)
- **+1 ПЗ** (моральное удовлетворение от диалога)

Индивидуальные консультации

- **+1 А** (ученики получают персональную помощь)
- **+1 РД** (родители видят вашу заботу)

Методическое пособие

- **+1 А** (доказательство вашей компетентности)
- **+1 ПЗ** (уверенность в методах работы)

Курсы повышения квалификации

+2 А (рост профессионализма)

+1 РД (родители доверяют
«прокачанному» учителю)

Семинары

+1 РД (родители участвуют в
процессе)

+1 ПЗ (обмен опытом снижает
тревожность)

Участие в общешкольных мероприятиях

+2 РД (демонстрация
командного духа)

+1 А (администрация вас
ценит)

Участие в классных мероприятиях

+1 ПЗ (радость от
неформального общения)

+1 А (дети видят вас «живым»
человеком)

Родительские чтения

+1 РД (совместное обсуждение
книг сближает)

+1 А (вы выглядите как
интеллектуальный лидер)

Тренинги

+2 ПЗ (навыки
стрессоустойчивости)

+1 А (вы применяете
психологические техники)

**Классный час с
приглашённым экспертом**

+2 А (ученики впечатлены
нестандартным подходом)

-1 ПЗ (организация требует
усилий)

**Система мотивации "Звёзды
месяца"**

+1 ПЗ (снижение стресса за
счёт дисциплины в классе)

+1 РД (родители ценят
прозрачность оценок)

Личный дневник рефлексии

+3 ПЗ (анализ эмоций снижает
выгорание)

-1 А (ученики реже видят вас
на мероприятиях)

Медиация конфликтов

+1 РД (родители довольны
разрешением проблем)

+1 ПЗ (навык управления
конфликтами снижает стресс)

Творческая мастерская

+1 А (ученики ценят вашу
креативность)

+1 ПЗ (творческий процесс
снижает стресс)

**Создание чек-листа для
родителей по проверке
домашнего задания**

+1 А (ученики получают
персональную помощь)

+1 РД (родители видят вашу
заботу)

**Проведение тренингов на
тему толерантного
отношения друг к другу**

+1 ПЗ (уверенность в методах
работы)

**Оформление
информационных
стендов**

+2 А (рост профессионализма)
+1 РД (родители доверяют
учителю)
+1 ПЗ

Посещение вебинаров

+1 РД (родители участвуют в
процессе)
+1 ПЗ (обмен опытом снижает
тревожность)

**Подготовка буклетов и памяток на
тему: «безопасность в сети
интернет»**

+2 РД
+1 А

**Подготовка буклетов и памяток на
тему: «Правильное питание»**

+2 РД
+1 А

**Приглашение специалистов на
урок по теме: «ЗОЖ»**

+2 РД
+1 А

Тренинги

+2 ПЗ (навыки
стрессоустойчивости)
+1 А (вы применяете
психологические техники)

