



Рекомендации психолога для родителей и детей на период дистанционного обучения

- В первую очередь сохраняйте спокойствие и адекватное отношение ко всему происходящему
- Поддерживайте связь с классным руководителем и соблюдайте все рекомендации
- Ищите только положительные стороны в сложившейся ситуации
- Находясь дома с ребенком у вас появилась отличная возможность наладить контакт и вернуть доверительные отношения, если таковые были утрачены
- Старайтесь полностью погружаться в учебный процесс, так вам будет легче установить контакт с ребенком. Видя что вам интересно заниматься, ребенок сам начнет проявлять инициативу
- Старайтесь чередовать время учебы и отдыха, тогда вам удастся избежать конфликтов на фоне усталости
- В свободное от учебы время можно предложить ребенку освоить новое хобби либо заняться домашними делами вместе с вами
- Не препятствуйте общению с одноклассниками в мессенджерах.
- Не важно сколько вашему ребенку лет, помните, что это ваш ребенок и он нуждается в вашей поддержке и любви.
- Дистанционное обучение это стресс для всех его участников. Старайтесь уважать и поддерживать друг друга
- **И самое главное, помните, оставаясь дома вы сохраняете свое здоровье и здоровье ваших родных!!!**

