



Иркутское региональное отделение  
Национальной родительской  
ассоциации  
<https://family-training.org/nra>



Иркутское региональное общественное  
учреждение  
Центр развития семьи «ВЕСТА»  
<https://family-training.org/>

## ОНЛАЙН-ПРОЕКТ

# «Скорая родительская помощь»

Дорогие друзья, приглашаем вас принять участие в уникальном проекте, который призван помочь вам в решении самых актуальных вопросов, связанных с детьми.

Мы все находимся в режиме самоизоляции, и даже самые лучшие родители в этих условиях столкнулись со сложностями в детско-родительских отношениях.

**Цель проекта** – оказать психолого-педагогическую помощь родителям.

Участвуя в проекте **вы сможете:**

- Найти ответы на самые актуальные вопросы;
- Научиться действовать эффективно в напряженных ситуациях;
- Задавать вопросы и получить ответы от педагогов, психологов и других специалистов;

### **Программа:**

1. Как быть достаточно хорошим родителем?
2. Как развить учебную самостоятельность?
3. Как позаботиться о себе и снизить напряжение?
4. Как выражать и контролировать свои эмоции?
5. Как вести себя в конфликтных ситуациях?
6. Социальная помощь в трудных жизненных ситуациях?
7. Общение с детьми. Правила поведения.
8. Влияние матери, отца и других членов семьи на формирование личности ребенка.
9. Стили семейного воспитания.
10. Как сохранить психическое здоровье детей.

11. Возрастные особенности детей от 0 до 3, с 4 до 7, с 8 до 12, с 12 до 19. Как общаться и чему учить?
12. Как научить ребенка самостоятельности?
13. Как защитить ребенка на просторах интернета?
14. Правила в семье. Как создать конституцию семьи.
15. Экономическая помощь семье в условиях пандемии.
16. Как грамотно планировать время с учетом интересов всех членов семьи?
17. И д.р.

### **Старт проекта 18 мая 2020.**

Для вашего удобства онлайн-проект будет проходить на трех площадках:

в инстаграм: @vesta.roditeli

В телеграм: @vesta\_roditeli

В Вконтакте: [https://vk.com/vesta\\_roditeli](https://vk.com/vesta_roditeli)

Итак,

1. подписывайтесь
2. заполняйте анкету в шапке профиля
3. изучайте информацию
4. выполняйте упражнения
5. комментируйте, участвуйте в обсуждениях
6. задавайте вопросы

### **Партнеры проекта:**

- Иркутское региональное отделение Национальной родительской ассоциации
- Иркутское городское общественное движение «Женсовет»
- Фонд духовно-нравственного и патриотического воспитания имени В.Г.

Распутина

- АНО ДПО «Байкальский институт духовно-нравственных основ семьи и общества»

**Справки по тел.:** 8-902-579-28-40, Паскевская Наталья Андреевна, директор ИРОУ  
Центр развития семьи «ВЕСТА».