|  |  |
| --- | --- |
| **C:\Users\user\Desktop\НРА Иркутск\Иркутское РО НРА\Фото  ИРО НРА\логотип нра.png****Иркутское региональное отделение Национальной родительской** **ассоциации**[**https://family-training.org/nra**](https://family-training.org/nra) | **C:\Users\user\Desktop\Академия родительской любви\АРЛ 2020\photo_2020-05-14_16-19-44.jpg** **Иркутское региональное общественное учреждение** **Центр развития семьи «ВЕСТА»**[**https://family-training.org/**](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

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».