

Рекомендации психолога для родителей учащихся во время дистанционного обучения

В настоящее время дети, родители, педагоги оказались в совершенно новых условиях – условиях дистанционного обучения. Практически все были к этому не готовы психологически, так как не имели раньше подобного опыта. Поэтому тревога, которая может проявляться в связи с новыми реалиями, вполне естественна.

Не следует ожидать, что в новой для себя ситуации дети сразу изменятся и станут мотивированными к учебе, организованными, если до этого отношение к учебе не было таковым. Важно помочь им с организацией процесса обучения, режима дня, сна и отдыха. Возможно, кому-то из детей будет непросто сконцентрироваться на учебной деятельности, сложно распределить свое время, чтобы его хватало не только на учебу, но и на любимые занятия и просто отдых. Родители лучше других знают своего ребенка и могут мягко и дружелюбно ему помочь.

Возможно, процесс обучения наладится не сразу. У детей и родителей есть возможность связаться с педагогами, и все вопросы можно спокойно решить по мере их возникновения.

Сейчас в свободном доступе очень много интересных ресурсов, которые помогают освоить программу в игровой, увлекательной форме, что делает процесс обучения более разнообразным. Предложите детям ими воспользоваться.

Важно понять, что вы не одни оказались в подобной ситуации, и трудности, которые возникают в связи с освоением нового формата обучения, закономерны. Их лучше всего получится преодолеть в сотрудничестве со школой и дополнительным образованием, сохраняя спокойствие и позитивный настрой.

Если вы испытываете тревожность и прочие негативные переживания, постарайтесь понять, с чем конкретно они связаны. Обязательно обратитесь на них внимание, подумайте, что можно сделать, чтобы изменить и улучшить ситуацию. Можно посоветоваться с профессиональными психологами, позвонив по телефонам доверия.

Телефон доверия для детей и родителей: 8(800)200-01-22

Телефон экстренной психологической помощи для детей и взрослых:
708-40-41

Психолог Елена Петрова