В соответствии с планом проведения групповых мероприятий по оказанию психолого-педагогической, методической и консультативной помощи родителям (законным представителям) детей, а также гражданам, желающим принять на воспитание в свои семьи детей, оставшихся без попечения родителей в рамках федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование» государственной программы РФ «Развитие образования» в 2023г., в МКОУ СОШ № 2 г. Нефтекумск, Нефтекумского городского округа, 07.09.2023 г., было проведено родительское собрание по теме «Как помочь ребенку пережить стрессовые ситуации».

На собрании присутствовали родители – 25 чел., учителя – 2 чел.

 Провела данное мероприятие педагог-психолог Центра Махмудова Елена Григорьевна.

Мероприятие проводилось с целью повышения родительской компетентности в воспитании детей, научить родителей оказывать помощь ребенку в стрессовой ситуации.

 Провела данное мероприятие педагог-психолог Центра Махмудова Елена Григорьевна.

 Педагог – психолог начала мероприятие с мини - лекции, в которой она рассказала родителям о специфике развития школьников подростков, подростковый период считают трудным и критическим. На ребенка в подростковом возрасте ложиться огромная учебная нагрузка ОГЭ,ЕГЭ. Для того, чтобы ребенок смог справиться со стрессом, ему необходимо научиться самому распознавать, когда и какие эмоции, чувства могут вызывать стресс и как с ним бороться. У детей бывают разные симптомы стресса, все они зависят от возраста ребенка, его личностных особенностей и уровня развития. Тем не менее существует много подсказок, которые дают детские организмы, свидетельствующих о том, что дети находятся в состоянии стресса. Такие подсказки могут включать в себя першение в горле, влажные ладони, головную боль, усталость, тошноту, диарею, внутреннее напряжение, расстройство желудка, ухудшение настроения, беспокойство, фрустрацию и нарушение сна. Бывают и другие симптомы, например, отрешенность, раздражительность, агрессивность, чрезмерная мечтательность, чрезмерная чувствительность, изменения в предпочтениях в еде и общие изменения в поведении. Умение распознавать эти признаки – первый шаг в борьбе со стрессом.

 Во второй части родительского собрания были рассмотрены способы помощи ребенку находящегося в стрессовой ситуации. Родители должны помогать детям обрести уверенность в решении проблем, возлагая на них обязанности и позволяя им принимать собственные решения с самого раннего возраста. Необходимо также способствовать развитию интересов и талантов детей, в которых они способны преуспеть. Родители должны постоянно вдохновлять, поддерживать и грамотно хвалить своих детей. Родители должны быть рядом со своими детьми, когда те испытывают стресс, часто обнимать их, одобрительно похлопывать по спине, целовать и т. д., чтобы дети знали, что родители всегда готовы прийти им на помощь и поддержать. Когда дети испытывают стресс, родителям необходимо уверить их в том, что они понимают, через какие трудности проходят их чада.

 Всем родителям вручены памятки «Пути преодоления подросткового стресса».

 В конце мероприятия был подведен итог, что теплые и доверительные отношения с родителями помогают детям лучше справляться со стрессовыми ситуациями.



