**Советы и рекомендации психологов для обучающихся и их родителей (законных представителей) на время дистанционного обучения**

**В условиях сложившейся неблагоприятной эпидемиологической обстановки педагог-психолог МБОУ-СОШ №7 х. Новоселовка оказывает услуги психолого-педагогической, методической и консультативной помощи обучающимся и родителям (законным представителям) детей преимущественно в дистанционной форме по видео-конференц связи (whatsapp ) или по телефону 8 999 695-54-06 (педагог-психолог Пономарь Татьяна Николаевна).**

**Комплект памяток и рекомендаций в целях осуществления поддержки детей и родителей в период перехода на дистанционное обучение**

<https://mgppu.ru/news/7462>

   — Рекомендации для подростков, испытывающих беспокойство из-за коронавируса (по мотивам рекомендации Роберта Лихи, одного из ведущих в мире специалистов по тревожным состояниям)

   — Рекомендации родителям детей, временно находящихся на дистанционном обучении: советы психолога

   — Советы для родителей дошкольников и младших школьников в период объявленной эпидемии

  — Как родителю помочь ребенку справиться с возможным стрессом при временном нахождении дома

    — Советы психолога для родителей подростков, оказавшихся дома во время карантина из-за коронавируса

   — Советы подростку снижение стресса, контроль тревоги, сохранение продуктивности в текущих делах

Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей –

**8-800-2000-122** – работает во всех регионах Российской Федерации

Подробная информация на сайте: **telefon-doveria.ru**