

## **Психологическая поддержка для родителей на время дистанционного обучения**

Общение необходимо людям как воздух, вода и пища. В настоящее время мы вынуждены сократить количество живого общения в нашей жизни из-за известных обстоятельств. Но мы можем продолжать общаться друг с другом онлайн.

### ***Что такое Группа встреч онлайн?***

Группа встреч - особый формат взаимодействия между людьми. В такой группе нет заранее установленных правил или целей, кроме тех, что выбирают сами участники в ходе взаимодействия. Благодаря этому, каждый может участвовать в группе со своей целью. Встреча ориентирована, прежде всего, на сам процесс. Результат такого процесса - ответственность всей группы. Опыт проведения подобных групп показывает, что такое взаимодействие может быть полезно для участников. Обычно такие встречи проводятся очно, в кругу, но есть и успешный опыт проведения Групп встреч посредством видеосвязи.

### ***Чем Группа встреч может быть полезна?***

В силу многогранности группового процесса, сложно описать конкретные "эффекты" группы. Но большинство участников отмечают следующее:

- Возможность получить эмоциональную поддержку от других;
- Можно увидеть, что другие переживают схожие жизненные ситуации и то, как они их преодолевают;
- Открывается возможность получить обратную связь о себе;
- Преодолевается страх общения;
- Становится легче увидеть собственные личностные особенности, удаётся глубже узнать себя;
- Удаётся лучше понимать себя, собственные чувства и их становится легче выражать;
- Можно задать вопрос группе и получить ответ с разных точек зрения;
- Пережить чувство сопричастности с другими людьми и многое другое.

Занятия проводятся один раз в две недели – каждый второй и четвертый вторник месяца в 15.30.

**Платформа проведения: ZOOM**

Ведущие Групп встреч: педагоги-психологи ОППС:

- Матроскина Екатерина Викторовна,
- Обыденникова Ирина Владимировна,
- Сафронова Татьяна Васильевна,
- Халепа Ирина Юрьевна.

Ссылка на видеотрансляцию [ZOOM:  
https://us04web.zoom.us/j/4639663412?pwd=QzlidjVxeTZmNVdBZ1RXcUFpdHV4UT09](https://us04web.zoom.us/j/4639663412?pwd=QzlidjVxeTZmNVdBZ1RXcUFpdHV4UT09)

Идентификатор конференции: 463 966 3412

Код доступа: 222333

По указанной ссылке, можно будет присоединиться к группе согласно времени проведения. До встречи!