

## Родительская гостиная «На экзамен – без стресса!»

Через несколько дней ребятам выпускных классов предстоит проходить государственную итоговую аттестацию. Экзамен - сложная пора для детей. Семья - главный ресурс, помогающий ребенку справиться со стрессом перед экзаменами.

Как поддержать ребенка перед экзаменом и помочь ему преодолеть волнение родители замещающих семей узнали 17 мая на родительской гостиной.

Специалисты филиала провели тренинг по снятию тревожности, рассказали о способах преодоления экзаменационного стресса. Родители узнали об их роли и помощи детям во время экзаменов, получили советы-памятки, как поддержать детей в такой ответственный период.

Участники родительской гостиной выяснили, какую поддержку от родителей ждет выпускник в период подготовки к экзаменам и пришли к выводу, что без стресса сдавать экзамены легче!

