

26 октября в 19:00 (по московскому времени) на информационных площадках Министерства просвещения РФ и Института воспитания РАО состоится Всероссийское открытое родительское собрание на тему «Психологическое равновесие». Каждому родителю важно понимать, как вести себя в стрессовой ситуации, не поддаваться панике и сохранить стабильное психологическое состояние.

Об этом в эфире расскажет **Ольга Комолова** — психолог сектора экстренного реагирования и психологического консультирования отдела экстренной психологической помощи Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации ФГБОУ ВО МГППУ.

Родители в ходе эфира узнают:

- Есть ли определенный алгоритм действий, чтобы проверить себя и понять, все ли я (как родитель) делаю правильно?
- Какие формы реакции человека на чрезвычайную ситуацию бывают?
- Могут ли в сложных ситуациях у людей проявляться какие-то феноменальные особенности, вызванные именно стрессом?
- Какими должны быть действия взрослого уравновешенного человека в чрезвычайной ситуации?
- Какие есть способы быстро взять себя в руки?

Эфир будет доступен на сайте трансляции.институтвоспитания.рф и в официальных сообществах [Института воспитания РАО](#) и [Министерства просвещения РФ](#) во Вконтакте [по ссылке](#).