

## **Центры психологической и социальной помощи в Альметьевске**

### **Психолого-педагогический центр помощи детям и молодежи "Нур"**

Центр экстренной психологической помощи по телефону для детей и молодежи  
"Телефон Доверия"

- Руководитель: Ананьева Ольга Евгеньевна
- Почтовый адрес: 423450, Республика Татарстан г. Альметьевск ул. Ленина д. 36 телефон (8-8553) 32-89-60
- Время работы: пн- пт 8.00-17.00
- Специалисты: педагоги-психологи
- Основные направления деятельности:
  - оказание психолого-педагогической помощи детям и подросткам;
  - профилактика употребления психоактивных веществ;
  - формирование основ здорового образа жизни;
  - профилактика безнадзорности и правонарушений

### **Центр социального обслуживания населения «Опека»**

- Руководитель: Шигапова Фания Фаизовна
  - Почтовый адрес: 423450, Республика Татарстан, г.Альметьевск, ул.К.Цеткин, 54а, тел./факс (8553) 32-45-53; e-mail: [Csnop.Alm@tatar.ru](mailto:Csnop.Alm@tatar.ru)
  - Время работы: пн-чт 8.00-17.00, пт 8.00-16.00
  - Специалисты: психологи, социальные педагоги, специалисты по социальной работе
  - Основные направления деятельности:
    - социальное обслуживание одиноких граждан и инвалидов на дому;
    - социальная реабилитация пожилых людей и инвалидов, попавших в трудную жизненную ситуацию в стационарных условиях;
    - оказание социальной помощи семье и детям, попавшим в трудную жизненную ситуацию путем предоставления социально- экономических, социально-медицинских, социально-бытовых, социально-психологических, социально-правовых услуг;
    - участие в работе по профилактике безнадзорности.
- Допускается анонимное обращение!

### **Муниципальное бюджетное учреждение "Психолого-медико-педагогическая консультация"**

- Руководитель: Зарипова Алсу Завьяловна
- Почтовый адрес: 423454, Республика Татарстан Альметьевский район, пгт Нижняя Мактама, с. Тихоновка, ул. Терешковой д .72 телефон (8-8553) 36-00-17
- Специалисты: педагог-психолог, учитель-логопед, учитель-дефектолог, психиатр, окулист, невропатолог
- Время работы: пн-пт 8.00-15.00
- Основные направления деятельности:
  - диагностика детей и подростков от 0 до 18 лет;
  - консультации
  - определение образовательного маршрута для детей с особыми образовательными потребностями

## Психологические сайты для родителей

### Психология - консультации детского психолога.

Психологический портал: консультации детских психологов по интернету, психологические тесты, статьи по психологии

<http://psihotesti.ru/>

### Сайт «Детская психология для родителей» - ЛАДУШКИ.info

создан по заказу Департамента образования города Москвы и является интернет- проектом Московского городского психолого-педагогического университета.

Цель проекта — психолого-педагогическое просвещение родителей по проблемам обучения, воспитания и развития детей, профилактике нарушений личностного развития

<http://ladushki.info/razvitie-i-vospitanie/psihologiya-i-obschenie.htm>

### Психологический центр "Адалин"

это команда профессиональных детских психологов, психотерапевтов и педагогов по работе с детьми-дошкольниками.

Наши услуги:

- психологическое консультирование по вопросам детско - родительских и семейных отношений,
- развивающие занятия с детьми дошкольного возраста (диагностика и развитие мышления, речи, памяти, внимания, творческих способностей),
- подготовка ребенка к школе.

Коррекционные занятия: гиперактивность, дефицит внимания, повышенная агрессивность, тревожность, медлительность, аутизм, детские страхи, неврозы у детей, задержка психического развития. Психологическая помощь on-line. Психологическая консультация, психологические тесты, коррекционные и развивающие методики, статьи и публикации по психологии, советы психологов

<http://adalin.mospsy.ru>

### Psychologies.ru

На этом сайте можно найти практически все, что связано с вопросами психологии. Здесь есть подборка отличных тестов, постоянно публикуются новые статьи на самые разные темы. Статьи написаны качественно, хорошим языком, со знанием дела. Выбор тем широк:

- Семья, любовь, секс.
- Красота и здоровье.
- Карьера и работа.
- Типы личности и ее развитие.
- Интересные факты, новые исследования.

На сайте можно задать вопрос психологу и получить консультацию он-лайн, а можно просто пообщаться на форуме. Правда, чтобы получить доступ ко всем возможностям сайта, вам придется пройти процедуру регистрации, очень простую, даже без подтверждения по email.

<http://www.psychologies.ru>

### Все психологи

Хороший сайт, удобный для пользования и плотно набитый интересными статьями, тренингами, тестами. Можно получить короткий ответ на интересующий вопрос от профессионального психолога, записаться на консультацию по Skype. Много можно узнать, читая уже заданные другими пользователями вопросы и ответы на них. Охват тем огромен. Отдельные разделы посвящены фобиям, депрессиям, переживанию утрат, проблемам подросткового возраста, выбора профессии и даже религии. Для любителей толкования снов тоже есть соответствующий раздел. В нем на вопросы сновидцев отвечают не сомнительные сонники, а современные профессиональные психологи. А еще в этом разделе можно найти интересные статьи, касающиеся сна и его функций. На сайте есть сервис, позволяющий найти специалиста для консультации off-line, работающего в вашем регионе проживания.

<http://www.all-psy.com/>

### **Пси-Фактор**

Чем интересен этот сайт: кроме привычных тем из круга «Быт-Любовь-Семья- Карьера-Личность», здесь можно узнать много интересного о более глобальных явлениях: политике и политтехнологиях, психологии войны и методах пропаганды. Наряду с этим постоянно пополняются новыми статьями все основные разделы. Впечатляет список услуг, предлагаемых на сайте. Причем, значительная их часть оказывается безвозмездно. Ценители афоризмов найдут здесь хорошую подборку мыслей, изящно упакованных в точные слова. А любители тестов смогут вдоволь насладиться небанальными тестами на разные темы.

<http://psyfactor.org/>

### **PSYCHOJOURNAL.RU**

Этот информационный портал не просто солидно выглядит. Он вызывает ощущение добротности, респектабельности и качества, присущего настоящему профессионализму. Здесь есть отличная фильмотека научно-популярных, документальных и художественных фильмов, которые можно посмотреть прямо на сайте. В разделе «Книги» собраны аннотации к изданиям, заслуживающим пристального внимания. Правда, прочесть можно только небольшие фрагменты, а для прочтения книги в полном объеме ее придется купить. На сайте собрана коллекция тестов, которая поможет узнать о себе много нового и интересного.

<http://psychojournal.ru/>

### **Психология отношений**

Сайт «Психология отношений» ориентирован, преимущественно, на женскую часть интернет-аудитории. Размещенные на сайте материалы касаются, в основном, сферы чувств и взаимоотношений. Большой раздел составляют притчи о жизни, отношениях, познании. Есть раздел юмора и подборка хороших рассказов. Ну, и неизбежные тесты, куда же без них.

<http://artpsiholog.ru/>

### **Психологический навигатор**

На сайте Психологический навигатор можно застрять надолго. Здесь интересно практически все:

- интервью с известными и популярными людьми;
- авторские статьи на самые разные темы, касающиеся вопросов психологии;
- блоги, в которых авторы делятся своими размышлениями о тех или иных проблемах;
- отличная библиотека, в которой книги можно скачивать бесплатно.

Здесь также работает форум для общения, где есть возможность не только пообщаться с другими пользователями, но и получить профессиональную консультацию психолога. Имеется и каталог психологов, в котором можно попробовать найти специалиста по месту жительства для очной консультации.

<http://www.psynavigator.ru/>

### **Мир психологии**

Очень неплохой сайт, созданный для всех, кто интересуется психологией отношений. Здесь есть материалы для родителей о детях, для подростков о родителях, для супругов и для всех остальных. Студенты найдут здесь материалы, способные помочь в учебе: интересные лекции, статьи и рефераты. Для родителей и тех, кто ими только собирается стать, собраны статьи о развитии детей в разные периоды, от рождения до совершеннолетия. Для взрослых собрана отличная подборка статей о языке тела, психофизиологических различиях между мужчинами и женщинами, о памяти и ее укреплении, и много другой интересной информации. Самое главное — не увлечься чрезмерно виртуальной психологией. Все психологические интернет-ресурсы не заменят живого общения. На них вряд ли удастся найти все ответы, но зато можно научиться задавать правильные вопросы. И в первую очередь — себе самому.

<http://www.psyworld.ru/>

## Альтернативные сайты для родителей

### Детский развлекательно-познавательный портал "Солнышко".

Для детей - развлечения (игры, мультфильмы, сказки, раскраски) и полезные материалы ("почемучка", советы Поварешкина, рассказы о зверятах, уроки хороших манер). Для родителей и педагогов, ищущих информацию в интернете, - масса стишков и загадок, собранных по темам, пословицы, сценарии к детским праздникам.

<http://www.solnet.ee/>

### Дети-погодки.

Сайт для родителей, у кого уже растут дети-погодки или ожидается их появление. В статьях, публикуемых на сайте, охватывается весь спектр проблем, возникающих у родителей таких детей - питание и распорядок дня, ревность и взаимоотношения между погодками, воспитание и обучение таких детей дома, в детском саду и в школе и многое другое.

<http://www.deti-pogodki.ru/>

### Лукошко сказок.

Сайт предлагает сказки, стихи и рассказы для детей. Здесь можно найти русские народные сказки и сказки других народов, рассказы о животных, стихи и песни для детей. <http://www.lukoshko.net/>

### Раскраска.

Интернет-студия Александра Бабушкина. Здесь можно найти для малыша любой рисунок для раскраски и распечатать его в черно-белом варианте, чтобы ребенок мог раскрасить выбранную картинку. Все раскраски предоставляются бесплатно. <http://www.raskraska.ru/>

### Детство.

Сайт для детей, пап и мам. На сайте имеется электронная детская библиотека, кулинарная книга, песни и сказки. Кроме того, можно прослушать он-лайн программы детского радио.

<http://detstvo.ru/>

### Раннее развитие детей.

На сайте представлены публикации по раннему развитию детей, книги для родителей и детей. Методика и опыт обучения по кубикам Зайцева. Раннее обучение математике. Простая и удобная поисковая система.

<http://www.danilova.ru/>

### "Дошколёнок".

Электронный журнал для детей и родителей, на страницах которого опубликованы материалы для обучения, воспитания и развлечения детей дошкольного и младшего школьного возраста, собранные по тематическим разделам: развитие речи, веселый счет, изостудия, психология, игры и конкурсы, будь здоров. На сайте также можно подписаться на рассылку "100 развивающих и обучающих игр для детей".

<http://www.kindereducation.com/>

### Гномик.ру.

Сайт Общества раннего детского обучения, создаваемый психологами, журналистами и педагогами и содержащий различные материалы для родителей, интересующихся вопросами раннего обучения и развития детей.

<http://talant.spb.ru/>

### Дошкольное образование.

Сайт предназначен для дошкольников, их родителей, а также воспитателей дошкольных образовательных учреждений. Здесь можно найти много полезной информации по воспитанию и

образованию детей от рождения и до 7 лет, каталог дошкольных учреждений городов России, литературу и игры для детей, ссылки на другие ресурсы и просто интересной и занимательной информации.

<http://edu.rin.ru/preschool/index.html>

#### **До и после трех.**

Сайт посвящен дошкольному развитию, в особенности - раннему развитию. Он построен в виде справочника, сборника занятий, в том числе упражнений, которые можно проводить с ребенком, о темам - читаем, думаем, считаем, речь, окружающий мир, двигаемся, компьютер, ИЗО.

<http://azps.ru/baby/index.html>

#### **Дошкольник.**

Этот сайт - для семьи, для отцов, матерей и детей. Сайт о том, как воспитывать ребенка, как научиться находить с ним общий язык. Много интересной информации для детей: сказки, стихи, умные задачки, познавательные статьи. На сайте представлена также большая коллекция сценариев - школьных и к различным праздникам. <http://doshkolnik.ru/>

#### **Детский сад.ру.**

Информационно-обозревательный ресурс, на страницах которого можно найти сведения о физическом развитии детей, об основах детской гигиены, о значении детских игр в воспитательном процессе, о трудовом воспитании ребенка, об организации праздничных утренников в детском саду, о некоторых детских заболеваниях и многом другом. Материалы сайта могут быть полезными не только для молодых родителей, но и для студентов, воспитателей и методистов детских садов.

<http://www.detskiysad.ru/>