

# Полезные ссылки

## Психологические центры

### Психологические сайты для родителей



## 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»**

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. Многие 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/>