Автор: Administrator
23.02.2013 16:48 - Обновлено 27.10.2021 07:30

Детский телефон доверия

По мере взросления каждый человек сталкивается с новыми для себя обстоятельствами, ситуациями и чувствами, с которыми бывает сложно разобраться. Влюбленность, ссора с друзьями, конфликт в школе, ошибка у доски, неловкая ситуация… Случается, что окружающие не воспринимают эти переживания всерьез. Взрослые, отталкиваясь от своего жизненного опыта, могут считать их смешными или неважными: «все пройдет, потом про это и не вспомнишь», «вырастешь и поймешь», «это не стоит твоего внимания, забудь» и т. д.

К кому обратиться со своими переживаниями?
В идеале, конечно, все-таки поговорить с родителями. Попробуй начать разговор не с фраз «меня никто не понимает» и «вы не умеете слушать», а с чего-то подобного: «на меня столько навалилось, мне сложно…» или «я очень переживаю, мне нужно поговорить с кем-то, чтобы во всем разобраться». Такой подход поможет привлечь внимание к твоим проблемам.

Однако, если ты не хочешь обращаться к родителю, к школьному психологу, например, потому что боишься, что кто-то из одноклассников или учителей увидит, как ты заходишь в его кабинет, всегда остаются доступными следующие варианты:

Детский телефон доверия 8-800-2000-122.

Принципы работы детского телефона доверия:

- Анонимно
- Круглосуточно,
- Бесплатно
- Конфиденциально
- Профессионально

Использованы материала с сайта: https://telefon-doveria.ru/nevazhnye-perezhivaniya-s-kem-podelitsya/

2020-2021 учебный год

Информационные материалы от педагога-психолога

Подготовка к экзаменам (советы психолога)

2019-2020 учебный год

Информация для родителей

Информация для учащихся

Информация для учмтелей

2018-2019 учебный год

Тренинг для старшеклассников «Как справиться со стрессом на экзамене?»

Тренинг. Психологическая подготовка к ЕГЭ

Конспект урока по психологии для учащихся 9-х классов на тему: «Как бороться со стрессом в период экзаменов»

Советы и рекомендации родителям Как помочь детям справиться со стрессом во время экзаменов

2017-2018 учебный год

Персональный сайт педагога-психолога

Информация для родителей

Информация для учащихся

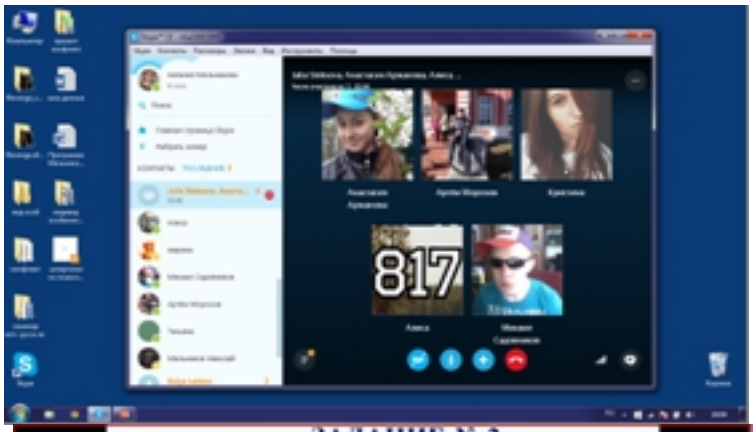
Информация для педагогов

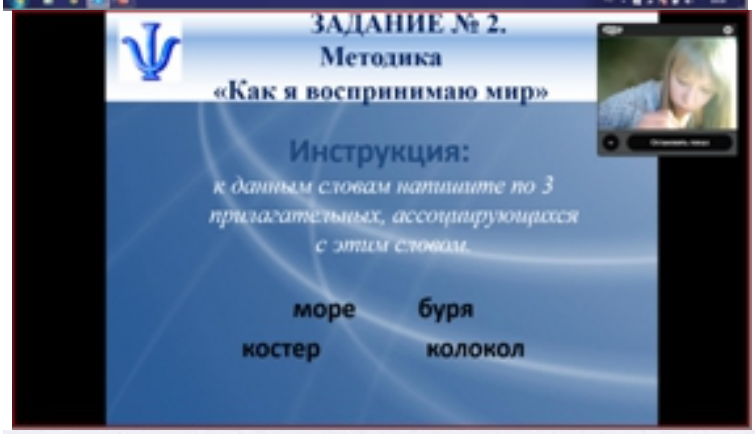
Подготовка к олимпиаде

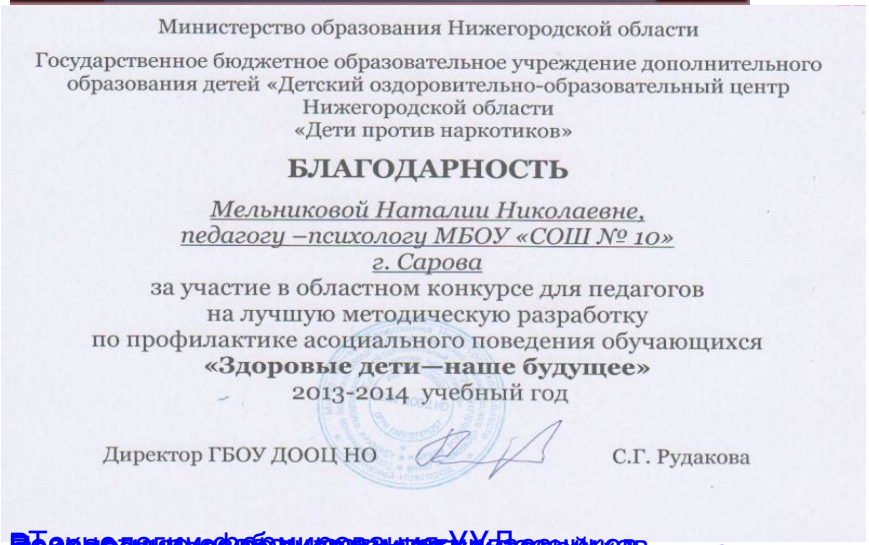
Методические и игровые приёмы развития толерантности у детей младшего школьного возраста

Памятка «Выход из конфликтной ситуации»

Продолжаем онлайн - занятия с психологом. В октябре 2015 года учащимся были предложены занятия по сети Интернет на темы: «Конфликты и пути их преодоления», «Изучаем индивидуальные особенности». В занятиях приняли участие учащиеся 9Б класса. Подготовила и провела занятия педагог-психолог Н.Н. Мельникова.







Министерство образования Нижегородской области

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Детский оздоровительно-образовательный центр Нижегородской области «Дети против наркотиков»

БЛАГОДАРНОСТЬ

Мельниковой Наталии Николаевне, педагогу –психологу МБОУ «СОШ № 10» г. Сарова

за участие в областном конкурсе для педагогов на лучшую методическую разработку по профилактике асоциального поведения обучающихся **«Здоровые дети—наше будущее»** 2013-2014 учебный год

Директор ГБОУ ДООЦ НО С.Г. Рудакова

[Технологическая карта УУД первоклассника](#)
[Рекомендации к ЕГЭ](#)
[Диагностический инструмент](#)