



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ –  
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ДЕТЬЯМ  
«ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

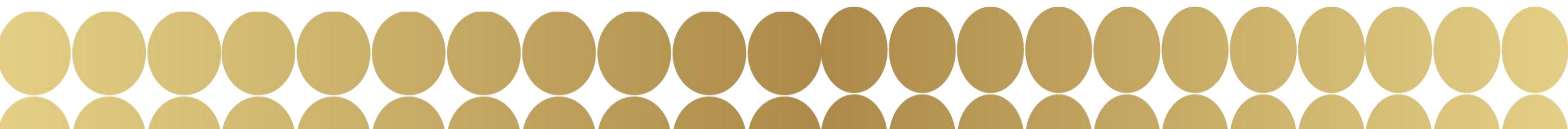


**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: ПРОЕКТИРУЕМ ВМЕСТЕ**

**«Давай договоримся: развиваем навыки  
конструктивного диалога с подростком»**

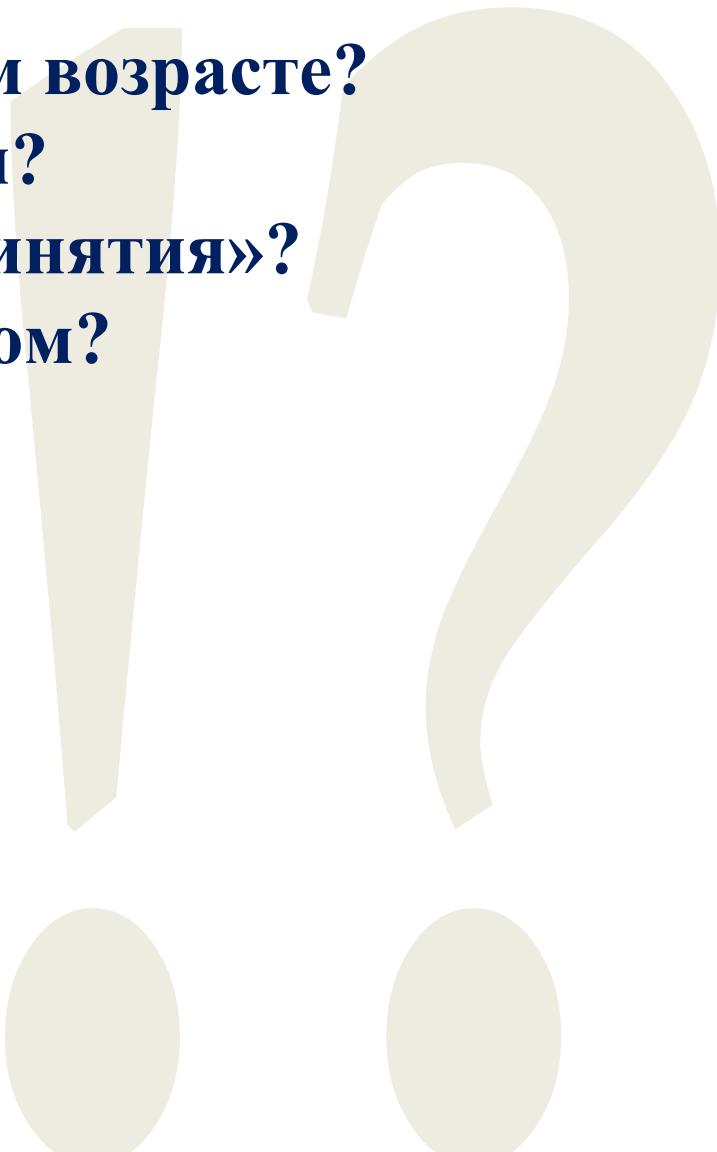
**Демянчук Юлия Ивановна,  
методист высшей квалификационной категории  
ГБУ НСО «ОЦДК»**

**Комова Юлия Викторовна,  
педагог-психолог высшей квалификационной категории  
ГБУ НСО «ОЦДК»**



## **Вопросы для обсуждения:**

- 1. Что происходит с ребенком в подростковом возрасте?**
- 2. Как вести себя при разговоре с подростком?**
- 3. Что такое «контейнирование» и «язык принятия»?**
- 4. Почему важно договариваться с подростком?**
- 5. Как построить трудный разговор?**
- 6. Полезные ресурсы и ссылки.**
- 7. Вопросы-ответы.**



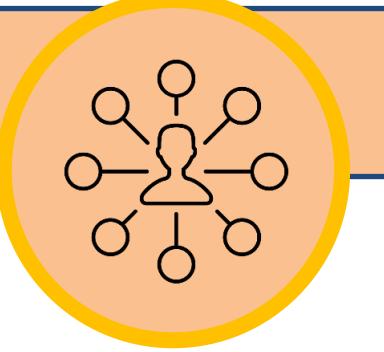
# Иногда разговор с подростком выглядит так...



**НАПЕРЕКОР ВСЕМУ И ВСЕМ  
СОХРАНЯЙТЕ СВЯЗЬ С ПОДРОСТКОМ!**

*Чтобы между звеньями электрической цепи  
проходил ток, главное – их соединить.  
Главный инструмент – ДИАЛОГ*

# Компетентный родитель, какой он?



**ЗНАТЬ**

- Возрастные особенности современных детей и подростков
- Базовые потребности личности
- Признаки неблагополучия
- Куда обратиться за помощью



**УМЕТЬ**

- Замечать изменения в поведении, ранние признаки неблагополучия
- Оказывать эмоциональную поддержку
- Выстраивать доверительные отношения
- Обращаться за помощью



**ВЛАДЕТЬ**

- Навыками ведения доверительной беседы
- Навыками оказания эмоциональной поддержки
- Навыками ведения конструктивного диалога



# Почему так происходит? Что важно стараться понимать?

1. Подросток - уже не ребенок, но еще не взрослый. Это время второй пуповины: ребенок отделяется не физически, а психологически.



2. Максимализм – особенность психики, заставляющая подростков и молодых людей судить обо всем категорично, не соглашаться на компромиссы.

3. Эмоциональные качели! Изменчивость поведения: ранимость – жестокость, активность – апатия, общительность – замкнутость, самоуверенность – неуверенность, упорство - внушаемость и т.д.  
Важно иметь свое личное пространство



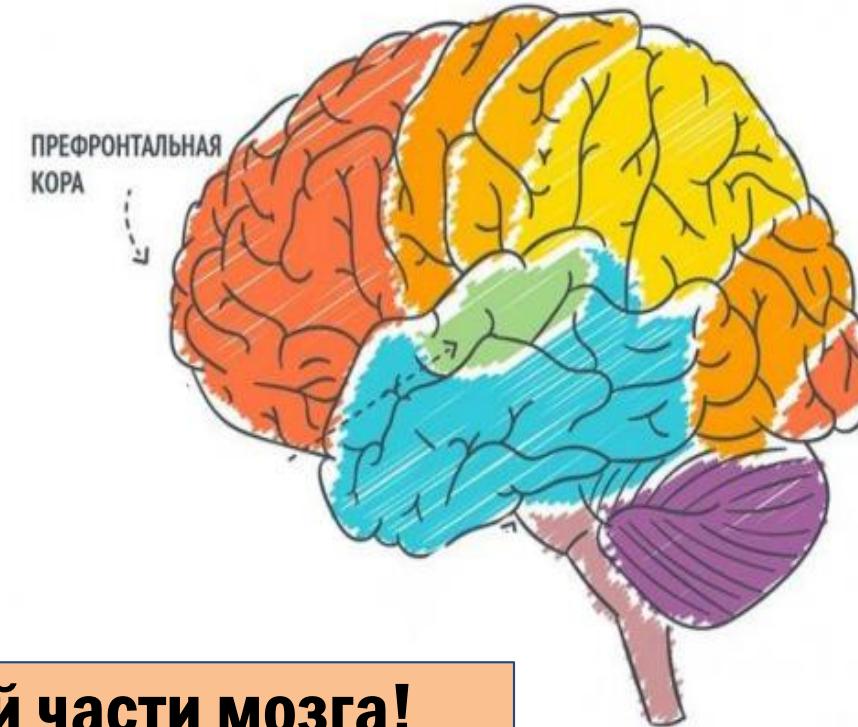
4. Общение – основное содержание!  
Подростки – спорщики и провокаторы!



# Почему так происходит? Что важно стараться понимать?

## ПОДРОСТОК И ЕГО ПРЕФРОНТАЛЬНАЯ КОРА: что наиболее сложно?

- Планирование
- Самоорганизация
- Моральное поведение
- Принятие решения
- Инициативность



Изменения происходят в лобной части мозга!

# Между родителями и подростками возникают конфликты, потому что...

Подростки эмоциональны, импульсивны, раздражительны, обидчивы, ранимы, излишне самоуверенны, агрессивны

Подростки-спорщики и провокаторы!

Родители пытаются научить подростка подчиняться нормам и правилам, а подросток стремится к независимости.

Родители и подростки по разному видят, чувствуют и понимают жизнь.



## Между родителями и подростками возникают конфликты, потому что...

Ты еще сопляк,  
чтобы гулять  
допоздна



Ужасно!  
Ты ничего еще  
лучше надеть  
не мог?



Когда  
возьмешься  
за учебу?!



# «Разговоры разговорам рознь...»

Какие инструменты для общения используете Вы?



# **ВАЖНО: не начинайте разговор, пока не успокоитесь...**



**Не стоит пытаться поднять сложную тему или разрешить конфликт с подростком в самый разгар эмоционального всплеска.**



**Техника  
«ТРУД»**

**Если Вы чувствуете, что теряете контроль над собой, дайте возможность себе и ребенку успокоиться.**

- Прикоснитесь к холодному, выпейте воды или умойтесь холодной водой.



- Постарайтесь мысленно достичь комфорtnого состояния.

- Снимите напряжение через физическую активность.

**Старайтесь помогать себе простыми методами.. При кажущейся простоте они дают хорошие результаты.**

## **Если подростки говорят неприятные вещи: как сохранять самообладание**

- Молчите.**
- Не двигайтесь, если нужно – кивните.**
- Скажите про себя, что не умрете,  
услышав это.**
- Дышите.**
- Держите бесстрастное лицо: вы – скала.**
- Скажите, что вам нужно успокоиться и  
подумать.**
- Скажите, что не хотите разговаривать  
в таком тоне и прервите разговор.**

**Когда подросток разражен, постарайтесь не отзеркаливать  
его состояние своим тоном голоса и поведением..**

**Можно сказать самому себе: «Расслабься и сделай несколько  
глубоких вдохов», «Все нормально-я справлюсь с этим».**



# **Кому доверяют подростки? Тем кто умеет...**



- Слушать так, чтобы хотелось говорить.
- Говорить так, чтобы хотелось слушать.
- Умеет дать эмоциональную поддержку, разделить чувства.
- Умеет дать дальний совет-алгоритм.
- Умеет не отдалять от себя, а приближать.
- Умеет не пугать, а настраивать.

# Если Вы решили выслушать ребенка, то старайтесь соблюдать правила:



## Повернитесь к ребенку лицом

- Пусть ваши глаза будут на одном уровне (техники внимательного слушания)

Ответы на слова ребенка формулируйте в утвердительной форме

- Фразы в виде вопроса не отражают сочувствия

В беседе с подростком держите паузу

- Пауза помогает разобраться с переживанием и почувствовать что Вы рядом.

# Структура разговора-поддержки с подростком:



## Мотивирование на рассказ:

«У всех временами возникают серьезные проблемы и тогда люди ищут выход. Я хочу и могу помочь. Давай вместе подумаем над этой проблемой. Вместе обсудим разные варианты. Ты какие варианты уже обдумал? К какому выводу ты пришел?»



## Начало разговора:

«Мне показалось, что в последнее время ты выглядишь расстроенным, у тебя что-то случилось?»



**Даем выговориться** (внимательно слушаем, не спорим, не перебиваем)



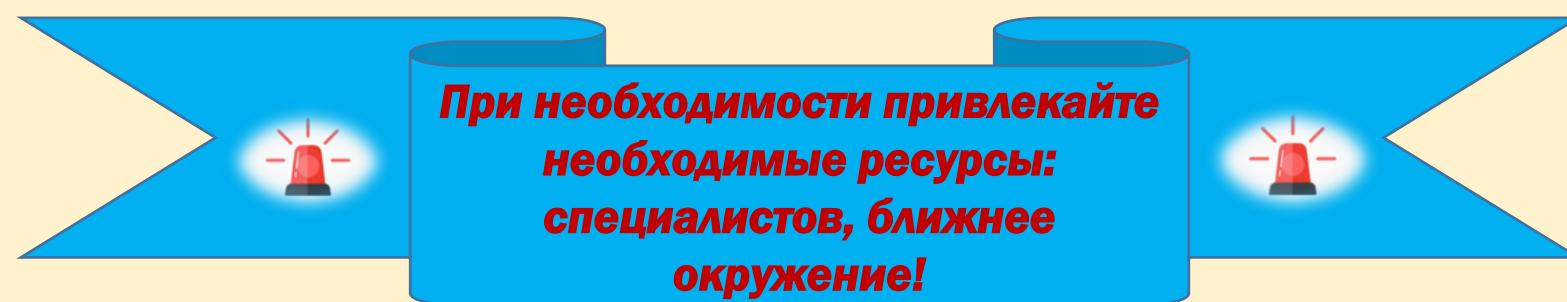
## Обращаемся к прошлому опыту:

«Давай подумаем, какие могут быть выходы из этой ситуации? Как ты раньшеправлялся с трудностями? Что бы ты сказал, если бы на твоем месте был твой друг?»



## Пытаемся найти решение совместно:

«Как тебе кажется, какие есть способы решения этой ситуации? Чем я тебе могу помочь?»  
(предложить варианты)



# Язык принятия



**Контакт глаз, выражение чувств**



**Оценка поступка, а не личности**



**Временный язык**



**Одобрение, согласие, улыбка**



жест принятия

# Язык непринятия



**Отказ от объяснений**



**Негативная оценка личности**



**Постоянный язык**



**Угрожающие позы, негативная  
информация**



жест непринятия

# Универсальные фразы принятия

**Давай обсудим  
что тебя не  
устраивает!**

**Мне важно  
знать: что ты  
об этом  
думаешь?**

**Мы можем  
поговорить  
об этом!**

**Я готова  
выслушать  
твое мнение!**

**Хорошо, что у  
тебя есть свой  
взгляд на  
происходящее!**

**Я люблю  
тебя и очень  
волнуюсь!**

**Это  
неожиданно,  
мне надо  
подумать!**

**Я понимаю, как  
это бывает  
важно!**

**Давай  
обдумаем все  
плюсы и  
минусы!**



# ЯЗЫК ПРИНЯТИЯ: как оценивать?

**Похвала должна быть конкретной:**

«Хорошо, что ты пришел в назначенное время, как обещал», «Спасибо, что ты сходил в магазин»

(вместо «Молодец»)



**Сравнивать ребенка лучше с самим собой, с его победами и неудачами, научить по такому принципу оценивать себя.**



**«Хвалим - исполнителя,  
критикуем действие».**



# Как выражать принятие?

## «ОТКРЫТИЕ ДВЕРИ» :



«Понятно», «Угу», «Ага»,  
«Я вижу...», «Интересно...»,  
«Правда?», «Неужели?»,  
«Не шутишь?»,  
«Расскажи мне об этом..»,  
«Я хочу услышать  
об этом..»,  
«Давай обсудим это..»,  
«Похоже, это важно для  
тебя....» и т.д.

## «Активное слушание»:



### □ Пересказ:

«Ты говоришь...», «Я тебя  
правильно понял?», «Ты считаешь,  
что..» и др.

### □ Отражение чувств:

«Ты видимо переживаешь»,  
«Понимаю твои эмоции», «Я  
разделяю твою озабоченность» и  
др.

### □ Резюмирование:

«Итак, мы договорились с тобой,  
что....», «Твоими идеями  
являются»... и др.

## «Я – сообщения»



1. Говорим о чувствах.
  2. Говорим о фактах.
  3. Даем объяснение.
  4. Выражаем желание.
- Важно: говорить от первого лица о  
своих переживаниях по поводу  
поведения ребенка, а не делать  
суждений о нем самом.

Вместо: «Ты поступил плохо» («Ты-  
сообщение») стоит сказать: «Я  
расстроен(а) твоим поведением»

# Техника «Контейнирование эмоций» или «Я понимаю, что с тобой...»

**Суть техники – стать контейнером для детских эмоций, помочь разобраться и пережить сильные эмоции, успокоить, выслушать и объяснить, что это за чувства.**

## 1. Спокойствие.

Продуктивный диалог возможен только в состоянии покоя.

**2. Принятие.** Сядьте рядом с ребенком, прижмите к себе, возьмите его руку, погладьте по голове. Ничего не говорите. Важно, чтобы ребенок почувствовал ваше присутствие.

**3. Прояснение ситуации.** Важно не успокаивать ребенка, а задавать вопросы. Помогите ему правильно назвать его состояние и чувства: «Ты испуган?», «Ты рассержен?».

**4. Понимание.** «Я понимаю, насколько тебе больно...» — напряжение падает, потому что ребенка понимает близкий человек. Важно связать чувства и ситуацию: «Ты расстроился, потому что....» Главное, чтобы вы и ребенок поняли причину эмоционального напряжения.



Мама хочет помочь дочери, но не принимает ее чувства и тем самым усиливает эмоциональное напряжение.



**Выразив свои мысли и чувства, мама помогает дочери справиться с эмоциональной реакцией!**

**Принимаем и учимся понимать возрастные особенности. Главное, что мы можем дать ребенку, – это спокойное и теплое отношение.**



**Помогаем с эмоциональной регуляцией себе и ребенку.**  
**Важно: остановить острую эмоциональную реакцию!**

**Не обесцениваем переживания ребенка:**  
**«Не ной! Нашел, из-за чего переживать!»**  
**«Не драматизируй, у тебя все хорошо! Твои проблемы – это пустяк! Подрастешь – поймешь!»** «**А вот у меня/у каких-то людей – настоящие проблемы, а ты тут со своими мелочами...**»

**Обесценивание в любых формах заставляет подростка скрывать от близких важные эмоции, желания и события, формирует чувство тревожности, вины и стыда.**

## **Для подростков ВАЖНО...**

- Понять себя
- Понять жизнь
- Научиться самовыражению
- Научиться нравиться сверстникам
- Научиться отстаивать свои права
- Быть и считаться взрослым



# Трудные разговоры: это про что...?

- Про успеваемость в школе
- Про поведение в школе
- Про домашние обязанности
- Про друзей
- Про компьютер, телефон ( видео игры, социальные сети)
- Про договоренности с родителями и педагогами
- Про субкультуры
- Про вечеринки, посещение концертов певцов и групп, алкоголь, энергетические напитки, курение (вейп, сигареты), секс



# Что превращает трудный разговор с подростками в скандал?

- Упреки
- Нудная мораль
- Вопросы-ловушки
- Насмешки
- Жесткие высказывания
- Негативные обидные оценки
- Приказы, распоряжения



## **Так нельзя разговаривать с подростками: бесполезно и опасно**



- **Формальное внимание**
- **Длинный монолог**
- **Осуждение без принятия негативных чувств подростка**
- **Безапемляционные распоряжения**
- **Нежелание слушать**
- **Торопливость**
- **Нервозность**
- **Сарказм**
- **«Давление на слезу»**
- **«Пустые утешения»**

# Как разговаривать, чтобы было полезно и неопасно?

- Принимать чувства и давать поддержку
- Внимательно слушать
- Стارаться понять
- Говорить коротко и конкретно
- Говорить доброжелательно, но уверенно
- Не поддаваться на провокации и шантаж



# Как строить трудный разговор: 3 шага

**1**

Кратко и внятно  
сформулируйте  
проблему (суть  
ситуации)

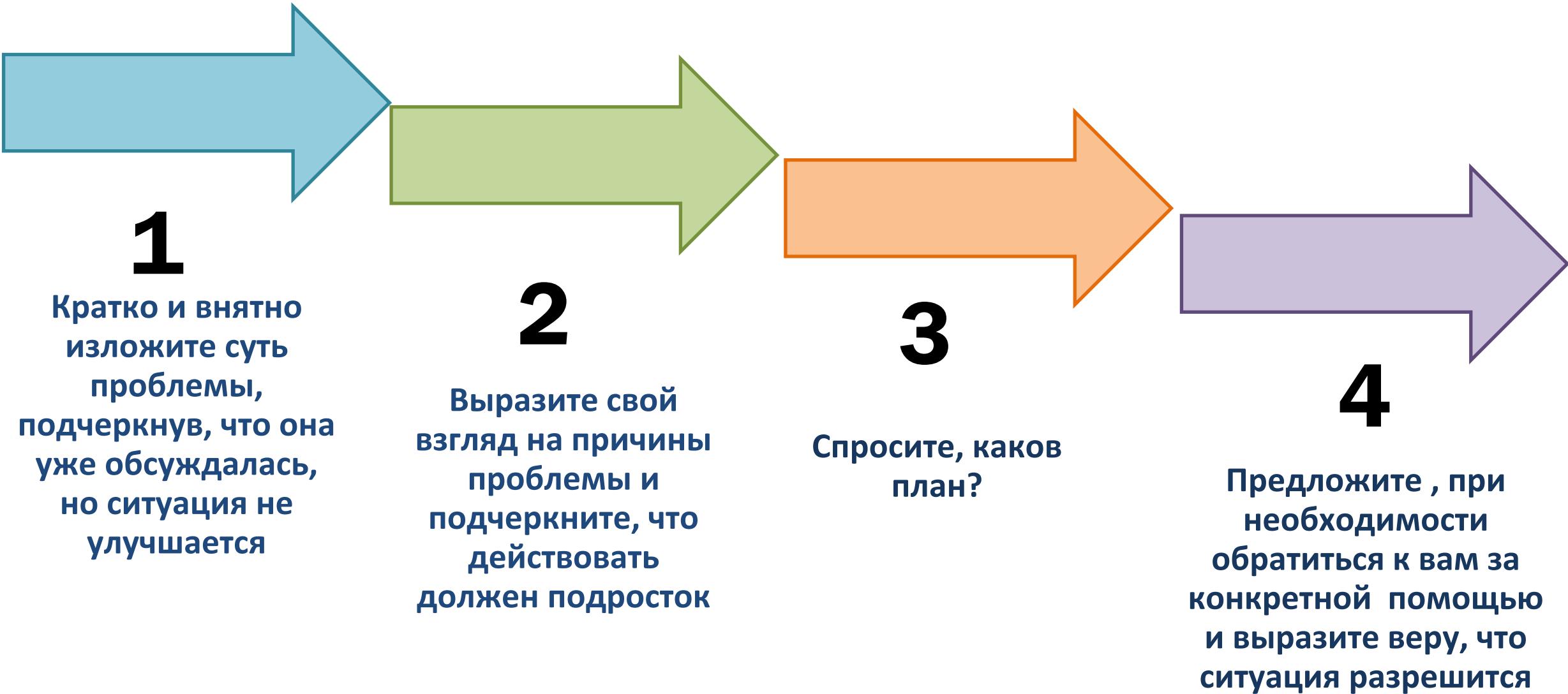
**2**

Изложите суть своих  
ожиданий

**3**

Подчеркните  
ответственность подростка  
за разрешение ситуации и  
вашу веру в то, что он  
справится

# Как строить трудный разговор: 4 шага



# Как строить трудный разговор: 6 шагов

**1**

Кратко и  
внятно  
изложите суть  
проблемы,  
подчеркнув,  
что она уже  
обсуждалась,  
но ситуация  
не улучшается

**2**

Выразите свой  
взгляд на  
причины  
проблемы и  
подчеркните,  
что  
действовать  
должен  
подросток

**3**

Поясните, что  
вы исчерпали  
все  
возможности  
установить  
сотрудничество

**4**

Подчеркните,  
что вы  
действуете,  
исполняя свои  
обязанности,  
иначе ситуация  
выйдет из-под  
контроля

**5**

Изложите суть  
санкций

**6**

Назначьте  
время  
действия  
санкций

## **Трудные разговоры с подростком: школа, безответственность, друзья, компьютер, телефон, субкультуры, вечеринки, алкоголь, курение, секс..**

- Много маленьких разговоров, а не один большой.
- Уместные разговоры, по поводу.
- Диалог, а не монолог: спрашивайте, слушайте.
- **Остановитесь вовремя.**
- Не скрывайте своих чувств.
- Используйте достоверную информацию.
- Сообщайте о своих ценностях.
- Отвечайте на вопросы честно.

# **Если разговор перерастает в скандал и ссору ...**

- Не затягивайте разговор, как можно быстрее остановите его (*Я не хочу говорить в таком тоне!*)**
- Повторите свою позицию кратко и внятно и перенесите разговор на завтра.**



## Как конструктивно разрешить конфликт: первые шаги

- Не усиливайте скандал, прервите разговор подготовьтесь к разрешению конфликта
- Не впадайте в иллюзии, что время все исправит и «он сам все поймет»: вы -взрослый, а он взрослый РЕБЕНОК
- Не затягивайте конфликт, как можно быстрее выходите на обсуждение возникшей проблемы и способов ее решения

# **Разговаривать правильно - это совсем непросто: можно попробовать**

- **Опять двойка**
- **Опять звонила классная руководительница**
- **Опять не вымыта посуда**
- **Опять повздорил с братом**
- **Опять завис в компьютере, телефоне**
- **Опять не надевает теплое белье в холод**
- **Опять не убрана постель**
- **Опять разбросаны вещи**
- **Опять опоздал на урок**
- **Опять не выполнил Д/з**
- **Опять выкрикивал на уроке**
- **Опять драка**
- **Опять не в школьной форме**
- **Опять разговаривал на уроке**
- **Опять не готов к уроку**
- **Опять без сменной обуви**

# Почему важно договариваться с подростком?

- ***Договор – соглашение двух и более сторон по поводу чего-то важного для них обоих.***  
Каждая из этих сторон всегда может внести поправку в договор.



# **Почему важно договариваться с подростком и как это делать?**

- 1. Договор как атрибут равноправия всегда подчеркивает значимость мнения другого человека, его право голоса.**
- 2. Возможность подростка договориться с родителями о чём-нибудь, работает как профилактика конфликтного поведения и негативизма.**
- 3. Договор всегда апеллирует к ответственности подростка, в том числе к его адекватному оцениванию собственных сил и возможностей.**
- 4. В обычной жизни договоры заключаются только в том случае, если есть определённое доверие к партнёру.**
- 5. Договор – это не способ манипуляции, чтобы он делал то, что нужно Вам. Это способ найти то решение, которое будет устраивать Вас обоих.**
- 6. Если Вы не можете откликнуться на просьбу подростка, обязательно объясните, почему. Подросток требует объяснений, и это адекватно возрасту.**

# Почему важно договариваться с подростком и как это делать?

## О чем **НЕ** стоит договариваться с подростком?



- Правила, которые требуют от подростка строгого выполнения.
- Домашние и школьные обязанности.
- Семейные и школьные традиции, которые принято соблюдать.
- В отношении тех вещей, которые небезопасны для подростка и вредят его здоровью.

## Стоит договариваться с подростком о тех вещах, решение которых относится:

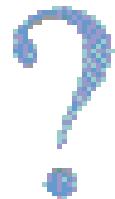


- к его **самостоятельности** (выполнение обязанностей, принятие решений);
- к его **индивидуальности** (выбор стиля и одежды);
- к его **интересам** (выбор хобби, круга друзей);
- к его **возможностям** (выбор профессии)

# А как бы поступили вы?



Вы возвращаетесь с работы домой и уже на лестнице слышите громкую музыку, веселье в вашем доме. Входите в квартиру и видите веселящихся друзей вашего ребенка и его самого. В доме – полный беспорядок. Ваш ребенок смотрит на вас и говорит: “Привет! Мы немного повеселимся! Не возражаешь?”



## Что меня настораживает в моём ребёнке?

- Печальное настроение
- Чувство скуки
- Чувство усталости
- Нарушение сна
- Резкая смена настроения в течение дня
- Чрезмерная эмоциональность
- Апатия
- Агрессивное поведение
- Резкое снижение успеваемости
- Резкое изменение в поведении:
  - стал неряшливым
  - не хочет разговаривать с близкими людьми
  - теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься
  - отдаляется от друзей
  - изменились пищевые привычки



## Что мне с этим делать?

- Покажите, что вам важен ваш ребёнок во всех сферах его жизни
- Прежде чем ругать, обсудите проблему, что он хочет или не хочет, что ему важно
- Хвалите своего ребёнка – похвалы много не бывает
- Разговаривайте на серьёзные темы:
  - Что такое жизнь?
  - В чём смысл жизни?
  - Что такое дружба, любовь, смерть, предательство, поражение
- Давайте всегда понять своему ребёнку, что он не один в любой ситуации
- Время от времени проверяйте его странички в социальных сетях, нужно самим показать ребёнку все возможности интернета, а не только игры и социальные сети
- Учитесь у своих детей, проявляйте интерес к их увлечениям
- Позаботьтесь о досуге ребёнка. Рассказывайте о том, чем сами увлекались в молодости – этим вы покажете, что понимаете и разделяете его интересы

# ВЫВОДЫ:

1.

- Диалог – главный способ коммуникации.
- Важно эмоционально настроиться: успокоиться, расслабиться.

2.

- Использовать «открытые двери», «активное слушание», «я – высказывание».
- Сформулировать предложения по схеме «3 шага», «4 шага», «6 шагов».

3.

- Не поддаваться на провокации.
- Оставаться твердым по сути и вежливым и доброжелательным по форме.

адель  
**фабер**  
**мазлиш**  
элейн

как  
говорить, чтобы  
**ПОДРОСТКИ**  
слушали,  
и как слушать, чтобы  
подростки  
говорили

«Лучшее руководство  
по общению с подростками».  
*Chicago Tribune*



1000  
БЕСТСЕЛЛЕРОВ

Валентина Резниченко

**50**  
СЕКРЕТОВ  
для  
РОДИТЕЛЕЙ



Воспитание подростков

ФРАНСУАЗА ДОЛЬТО,  
КАТРИН ДОЛЬТО,  
КОЛЕТТ ПЕРШМИНЬЕ

**РАЗГОВОР  
С ПОДРОСТКАМИ,**  
или Комплекс омара





От автора бестселлера  
«Что делать, если...»

ЛЮДМИЛА ПЕТРАНОВСКАЯ  
**ЕСЛИ С РЕБЕНКОМ  
ТРУДНО**



Ю.Б. ГИППЕНРЕЙТЕР

**Родителям:  
книга вопросов  
и ответов**



# **Полезные ресурсы для родителей, посвященные психологии воспитания**

- <http://ya-roditel.ru/> - Портал "Я-родитель" рекомендован Министерством образования РФ для всех родителей, кому интересны вопросы воспитания и психологии их детей, очень много полезной и интересной информации: видеоуроки, консультации психологов, книги, тесты и многое другое. Данный портал станет вашим хорошим другом и советником в воспитании ребенка.
- <https://растимдетей.рф/> - информационно – просветительский портал для современных родителей
- <http://www.fond-detyam.ru/> - сайт посвящен вопросам поддержки детей, находящихся в трудных жизненных ситуациях.
- <http://www.umka.by> на данном ресурсе размещено много полезной и интересной литературы и информации для родителей по вопросам воспитания ребенка.
- <http://www.child-psych.ru/> - сайт о детской психологии, здесь вы сможете узнать ответы на многие интересующие родителей вопросы воспитания и развития вашего ребенка.
- [https://concord.websib.ru/?page\\_id=11691-](https://concord.websib.ru/?page_id=11691) вебинары для родителей «Областной центр диагностики и консультирования»
- [https://vk.com/@rospodros\\_ru-vebinary-dlya-roditelei](https://vk.com/@rospodros_ru-vebinary-dlya-roditelei) - повышение уровня родительских компетенций по подростковой тематике

# Тесты для родителей



Как воспитывать ребенка?

Учреждения социального обслуживания семьи и детей

Книги для детей и родителей

Полезные подборки

> Полезные сайты в помощь родителям

> Делимся опытом: блоги самых известных мам рунета

> Родители и дети: фильмы для семейного просмотра

> Познавательные блоги и передачи для детей

Консультации специалистов

> Консультация психолога

> Консультация юриста

> Консультация специалиста по подростковой профориентации

Тесты

Моя новая семья

Многодетная семья

Отцовство

Имею право!

Финансовая грамотность

Инфографика для родителей

Территория безопасного детства

## Как вы разговариваете с подростком?



Родителям без грамотной коммуникации с подростком конфликтов не избежать. А как разговариваете с подростком вы? Наш тест поможет узнать, насколько эффективно вы строите родительское общение.

ДРУЖБА НРАВСТВЕННОСТЬ ВРЕМЯ ВЗАЙМНОСТЬ ПАПА ПОДРОСТОК ЧЕСТНОСТЬ ВОСПИТАНИЕ ТЕПЛО

РОДИТЕЛЯМ КОНКУРСЫ И АКЦИИ СПЕЦИАЛИСТАМ НОВОСТИ МЕДИА КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

Как воспитывать ребенка?

Учреждения социального обслуживания семьи и детей

Книги для детей и родителей

Полезные подборки

> Полезные сайты в помощь родителям

> Делимся опытом: блоги самых известных мам рунета

> Родители и дети: фильмы для семейного просмотра

> Познавательные блоги и передачи для детей

Консультации специалистов

> Консультация психолога

> Консультация юриста

> Консультация специалиста по подростковой профориентации

Тесты

Моя новая семья

Многодетная семья

Отцовство

Имею право!

Финансовая грамотность

Инфографика для родителей

Территория безопасного детства

Вопрос специалисту

## Разбираетесь ли вы в психологии подростков



Всем известно о важности подросткового периода, в котором утверждается независимость, формируется личность, вырабатываются планы на будущее - определяется дальнейшая жизнь человека. Данный период имеет свои психологические особенности, которые необходимо знать родителям для понимания подросших детей. Качество этих знаний можно определить, пройдя тест, подготовленный психологом Викторией Вострецовой.

Вопрос 1 из 10

Я считаю, что справедливо относиться к подростку:

- <https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/24255/kak-vy-razgovarivaete-s-podrostkom/>
- <https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/19005/razbiraetes-li-vy-v-psikhologii-podrostkov>

Л Е Т О -



ЭТО МАЛЕНЬКАЯ

ЖИЗНЬ

# Общение через фильмы, книги, телевизионные программы



» ОДОБРЕНИЕ СЕМЬЯ

для ответственных родителей

и всех, кто хочет ими стать!

ДРУЖБА

НРАВСТВЕННОСТЬ

ВРЕМЯ

ВЗАИМНОСТЬ

ПАПА

ПОДРОСТОК

ЧЕСТНОСТЬ

ВОСПИТАНИЕ

ТЕПЛОСТЬ



РОДИТЕЛЯМ

КОНКУРСЫ И АКЦИИ

СПЕЦИАЛИСТАМ

НОВОСТИ

МЕДИА

КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ

Как воспитывать ребенка?

Учреждения социального обслуживания семьи и детей

Книги для детей и родителей

Полезные подборки

> Полезные сайты в помощь родителям

> Делимся опытом: блоги самых известных мам рунета

> Родители и дети: фильмы для семейного просмотра

> Познавательные блоги и передачи для детей

Консультации специалистов

> Консультация психолога

> Консультация юриста

> Консультация специалиста по подростковой профориентации

Тесты

Главная > Советы и рекомендации родителям > Полезные подборки

> Родители и дети: фильмы для семейного просмотра

## Родители и дети: фильмы для семейного просмотра



Дневник слабака

(2010, США, Великобритания)

Экранизация популярной серии книг писателя Джека Кинни, где рассказывается о приключениях ученика средней школы Грега Хеффли и его друга Роули Джейфера.



Расправь крылья

(2019, Франция, Норвегия)

Подросток Тома навещает во время отдыха своего отца Кристиана, чудаковатого орнитолога, который всю свою жизнь посвятил изучению птиц, совершенно позабыв о собственной семье.

<https://www.ya-roditel.ru/parents/poleznye-podborki/filmy/>

## Экстренная психологическая помощь в Новосибирской области



### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СЛУЖБЫ НСО

Информация о психологических службах  
Новосибирской области



### ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

Список полезных интернет-ресурсов



### МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Список межведомственных организаций



Задать вопрос или оставить отзыв

[https://concord.websib.ru/?page\\_id=38663](https://concord.websib.ru/?page_id=38663)



**Консультации  
квалифицированных психологов.  
Вас выслушают и поддержат, помогут  
разобраться в сложившейся ситуации.**



г. Новосибирск, ул. Народная, д. 10



omo\_ocdk@edu54.ru



8-383-276-02-23



**ОСТАВЬТЕ  
СВОЙ  
ОТЗЫВ!**

НАМ ВАЖНО ВАШЕ МНЕНИЕ,  
ЧТОБЫ СТАТЬ ЛУЧШЕ!