



Городской психологический  
**МАРАФОН**  
для родителей

**Организаторы марафона:**

- Главное управление образования администрации города  
Красноярска

- Муниципальное казенное учреждение  
«Красноярский информационно-методический центр»

- Муниципальное бюджетное учреждение  
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной  
помощи №9»

**Партнеры марафона:**

- Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева

**ПРОГРАММА ГОРОДСКОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО МАРАФОНА ДЛЯ  
РОДИТЕЛЕЙ**

**«Родитель. Перезагрузка»**

**Дата:** 21 ноября 2025 года

**Формат:** онлайн, платформа - MAX

**Время:** 10.00 – 14.30

Для подключения к марафону необходимо присоединиться к чату.

Ссылка на чат марафона: <https://max.ru/join/ZitD151WtFNLWqEt-bxG6huaeDixzbml6IxNoLuPq7A>

Время	Название
10:00 – 10:10	Приветствие
10:10- 11:10	<p><i>Ресурсный родитель: как разрешить себе быть «не идеальным родителем» и избежать эмоционального выгорания</i></p> <p><i>Аннотация: Как выполнять роль родителя идеально? Какие стереотипы способны испортить жизнь, как родителям, так и детям? Отчего стоит отказаться в родительстве? Всё это и многое другое обсудим в прямом эфире.</i></p> <p>Ведущий: Сафонова Марина Вадимовна, канд.псих.наук, доцент КГПУ</p>

	им. В.П. Астафьева, главный внештатный педагог-психолог Красноярского края
<b>11:10- 12:10</b>	<p><b>Секреты родительской успешности: эффективная коммуникация</b></p> <p><i>Аннотация:</i> Как обозначить для себя зону ответственности, как справиться с задачами воспитания, какие эффективные инструменты есть у родителя? Разберем модель конструктивных взаимоотношений с детьми, попрактикуем различные навыки межличностного общения, необходимые для реализации этой модели.</p> <p><i>Ведущий:</i> Буглеева Татьяна Валентиновна, педагог-психолог Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи № 9, старший преподаватель КК ИРО</p>
<b>12:10- 13:10</b>	<p><b>Тайм-менеджмент современного родителя: как всё успеть?</b></p> <p><i>Аннотация:</i> Как правильно расставить приоритеты? Как справляться с рабочими и родительскими обязанностями одновременно? 5 способов эффективного родительского планирования.</p> <p><i>Ведущий:</i> Эгле Евгений Сергеевич, и.о. директора Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи № 5 «Сознание»</p>
<b>13:10- 14:10</b>	<p><b>Смена поколений: власть или забота?</b></p> <p><i>Аннотация:</i> Поразмышляем о том, как современность влияет на развитие личности, и какие особенности нового поколения стоит учитывать родителям, выстраивая семейную систему взаимоотношений.</p> <p><i>Ведущий:</i> Юрков Дмитрий Владимирович, директор Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Эго»</p>
<b>14:10- 14:30</b>	<p><b>Полезные контакты: в каких случаях и куда может обратиться за психолого-педагогической помощью</b></p> <p><i>Аннотация:</i> Будут представлены ресурсы получения психолого-педагогической помощи и поддержки для детей и родителей в системе образования города Красноярска</p> <p><i>Ведущий:</i> Свиридова Татьяна Владимировна, заведующая структурным подразделением Красноярского информационно-методического центра</p>