



ПРЕМЬЕРА

## Внутриличностный конфликт

**Каждый вторник  
в 18:00 с 8 апреля**

«Внутриличностный конфликт» — это психологическое шоу, в котором ведущий-психолог и герой исследуют глубокие личные противоречия, мешающие герою жить в гармонии с собой. В каждой серии герой сталкивается с конкретным внутренним конфликтом, отражающим его личные страхи, убеждения и желания, которые находятся в состоянии борьбы. Цель программы — помочь герою не только понять причины конфликта, но и найти пути его разрешения, обрести уверенность и покой.

**2 апреля в 18:00**

«Девичник психологов» — это цикл программ, в каждом выпуске которого подруги-психологи обсуждают насущные женские проблемы. Как найти мужчину мечты, в чём секрет гармоничных отношений, как не стать жертвой абьюза? Конструктивно и местами с юмором подруги обсуждают истории из личной жизни и ищут способы выхода из психологического кризиса.



ХИТ

## Девичник с психологами



ХИТ

## Письмо психологу

**14 апреля в 18:00**

«Письмо психологу» – это цикл программ, в котором психолог выстраивает теплые, доверительные отношения со зрителями, отвечая на самые волнующие вопросы из писем и телеграм-канала.



**с 1 по 3 апреля в 21:30**

Авторский цикл программ практикующего психолога, журналиста-интервьюера, эксперта в области человеческих отношений Аллы Занимонец. Звезды театра и кино, деятели культуры и искусств обсуждают в студии важные темы, касающиеся природы человека. Страх старения и одиночество, конфликты с окружающими и непонимание, обиды, сомнения и кризисы... Алла в двух ипостасях – журналиста и психолога – ведет захватывающий разговор с героем. О серьезном – легко и увлекательно.



**ХИТ**

**Почти серьезно**



**ХИТ**

**Трансформация  
с Анной Черниговой**

**7 апреля в 18:00**

Токсичные отношения, отсутствие заработка, страх заявить о себе, позиция жертвы... Руководитель Академии Психологии Анна Чернигова поможет зрителям проработать сложные и деликатные проблемы. Изменить жизнь к лучшему по силам каждому!

**10 апреля в 18:00**

Ведущий программы — опытный детский психолог — поможет зрителям наладить отношения с ребёнком любого возраста и достичь гармоничных отношений в семье. Каждая программа — уникальное интервью, где ведущий и приглашенный эксперт обсуждают актуальные вопросы развития детской психологии, эмоции подростков и проблемы, с которыми часто сталкиваются родители.



**ХИТ**

**Воспитание любовью**