

Линия психологической помощи

«Школа доверия»

Для школьников, родителей
и педагогов



8-800-707-02-01

Круглосуточно. Бесплатно

С какими вопросами можно обратиться?



Адаптация
в школе



Проблемы
с успеваемостью



Конфликты
со сверстниками
и взрослыми



Агрессивное
поведение



Нежелание
ходить на занятия,
низкая мотивация



Сложности
в общении
родителей
со школой

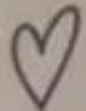


Одиночество,
неразделенная
любовь



И другие
вопросы

*Здесь
всегда
выслушают*



Можно также оставить сообщение
на сайте МГППУ

<https://mgppu.ru/about/hotline>



Обращение
конфиденциально

Телефоны доверия

Сервисы для оказания психологической помощи		Время работы	Целевая аудитория
Горячая линия кризисной психологической помощи	8(800)600-31-14	круглосуточно	Экстренная психологическая помощь детям, подросткам и их родителям (законным представителям), а так же взрослым в кризисной ситуации
Общероссийская горячая линия детского телефона доверия	8(800)2000-122	круглосуточно	Психологическая помощь несовершеннолетним, а так же их родителям (законным представителям) по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения
Круглосуточная экстренная помощь МЧС России	8(495)989-50-50	круглосуточно	Экстренная психологическая помощь детям, подросткам и их родителям (законным представителям), а так же взрослым в кризисной ситуации, в том числе в случае возникновения чрезвычайных ситуаций
Анонимный телефон доверия ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России	8(495)637-70-70	круглосуточно	Психиатрическая помощь
Горячая линия по вопросам домашнего насилия	8(495)637-22-20	круглосуточно	Психологическая, социальная, юридическая помощь
Горячая линия Российского Красного Креста	8(800)700-44-50	круглосуточно	Психологическая помощь семьям мобилизованных и военнослужащих
Горячая линия помощи родителям проекта бытьродителем.рф	8(800)444-22-32 (доб. 714)	с 9:00 до 22:00 в будни	Психологическая помощь родителям по вопросам обучения, воспитания и взаимоотношения с детьми
Чат-бот по оказанию психологической помощи	https://vk.com/psymyymeste	с 9:00 до 0:00	Сервис по оказанию бесплатной психологической поддержки населению

ГКУ "Тверской областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"	8(4822)58-00-30, 8-904-020-22-95		Сервис для оказания психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"
ГКУ психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи "Осташковский детский центр"	8(48235)5-34-67		

1. Бесплатные анонимные телефоны доверия:

ФГБУ «НМИЦ ПН им. В.П. Сербского» Минздрава России.

Горячая линия помощи. Круглосуточно **8 (495) 637-70-70.**

Горячая линия по вопросам домашнего насилия **8 (495) 637-22-20;**

Всероссийский Детский телефон доверия (бесплатно, круглосуточно)
8-800-2000-122.

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

«Детский телефон доверия» Центра экстренной психологической помощи Московского городского психолого-педагогического университета (бесплатно, круглосуточно) 8 (495) 624-60-01 или 8-800-2000-122.

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

Горячая линия Центра экстренной психологической помощи МЧС России (бесплатно, круглосуточно): 8 (499) 216-50-50 (при звонке из другого города или страны оплачивается междугородняя связь).

Психологическое консультирование взрослых по различным вопросам: острые кризисные ситуации, вопросы личностного развития, семейные или профессиональные проблемы.

2. **Чат с психологом ГКУ «Тверской областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**

Помощь квалифицированного психолога подросткам в кризисной ситуации (с понедельника по пятницу с 9.00 до 18.00);

https://max.ru/u/f9LHodD0cOJWY5iLKE5LLxUpeSf9bGIZ9Xv8IoMLSKbcCPclqEp_Wh0xcvzl



3. **Получение помощи в государственных учреждениях Тверской области**
Центр суицидальной превенции (при ГБУЗ «Областной клинический психоневрологический диспансер»).

Запись на прием по телефону: (84822) 50-21-71;

ГКУ «Тверской областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи». Тел. 8-904-022-44-06.

Оказание квалифицированной психолого-педагогической помощи. Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

ГКУ психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Осташковский детский центр». Тел. 8 (48235) 5-34-67.

Оказание квалифицированной психолого-педагогической помощи. Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей и подростков в трудной жизненной ситуации и их родителей.

4. Получение психологической помощи через цифровой образовательный сервис «Цифровой психолог»:

Запись на консультацию возможна для пользователей, имеющих учетную запись на портале «Госуслуги» и воспитывающих несовершеннолетних детей.

Для записи на консультацию необходимо:

1) подключиться к ЦОС «Цифровой психолог», перейдя на портал по ссылке <https://psy.edu.ru>.

Вход на платформу осуществляется через ЕСИА (Единую систему идентификации и аутентификации).

Авторизация осуществляется через портал «Госуслуги». Важно, чтобы учетная запись ребёнка была привязана к учетной записи родителя.

2) В разделе «Профиль» свяжите свою учетную запись с ИОКП «Сферум» (привязать учебный профиль VK ID).

3) выбрать регион (Тверская область);

4) выбрать педагога-психолога;

5) выбрать дату и время консультации;

6) заполнить данные консультации (тип консультации, спектр проблем, участник);

7) подтвердить запись.

5. Интернет-ресурсы:

Сайт при детском телефоне доверия МГППУ, где размещены информационные ресурсы и есть возможность получить дистанционную консультацию <http://childhelpline.ru/>

wikiHow «Как предотвратить самоубийство»

<https://ru.wikihow.com/%D0%BF%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%BE%D1%82%D0%B2%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%8C-%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D1%83%D0%B1%D0%B8%D0%B9%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE>

БЕСЕДКА-69
служба помощи
подросткам



чат Сферум