

- Школа доверия»: когда важно, чтобы тебя просто услышали.
  Иногда даже самому сильному человеку нужна поддержка. Школьникам бывает непросто справиться с переживаниями из-за оценок, конфликтов с одноклассниками или тревоги перед экзаменами. Родителям — разобраться, как правильно поговорить с подростком. Педагогам — найти силы и слова, чтобы помочь ребёнку в трудной ситуации.

  Для этого и работает федеральная линия психологической помощи «Школа доверия».

  Здесь не будут читать нотации и оценивать. Квалифицированные психологи внимательно выслушают, помогут взглянуть на проблему спокойнее и подскажут, какие шаги можно сделать дальше.
  Кому доступна помощь:
  • школьникам;
  • родителям;
  • педагогам.
  С какими вопросами можно обратиться:
  • трудности с адаптацией в новом классе;
  • конфликты со сверстниками или взрослыми;
  • переживания из-за успеваемости и экзаменов;
  • низкая мотивация, потеря интереса к учёбе;
  • сложности в отношениях с близкими;
  • тревожность, стресс, чувство одиночества.
  Помощь можно получить круглосуточно и бесплатно по телефону 8-800-707-02-01.
- Важно: все обращения строго конфиденциальны. Никто не узнает, что вы звонили, а разговор останется между вами и специалистом.