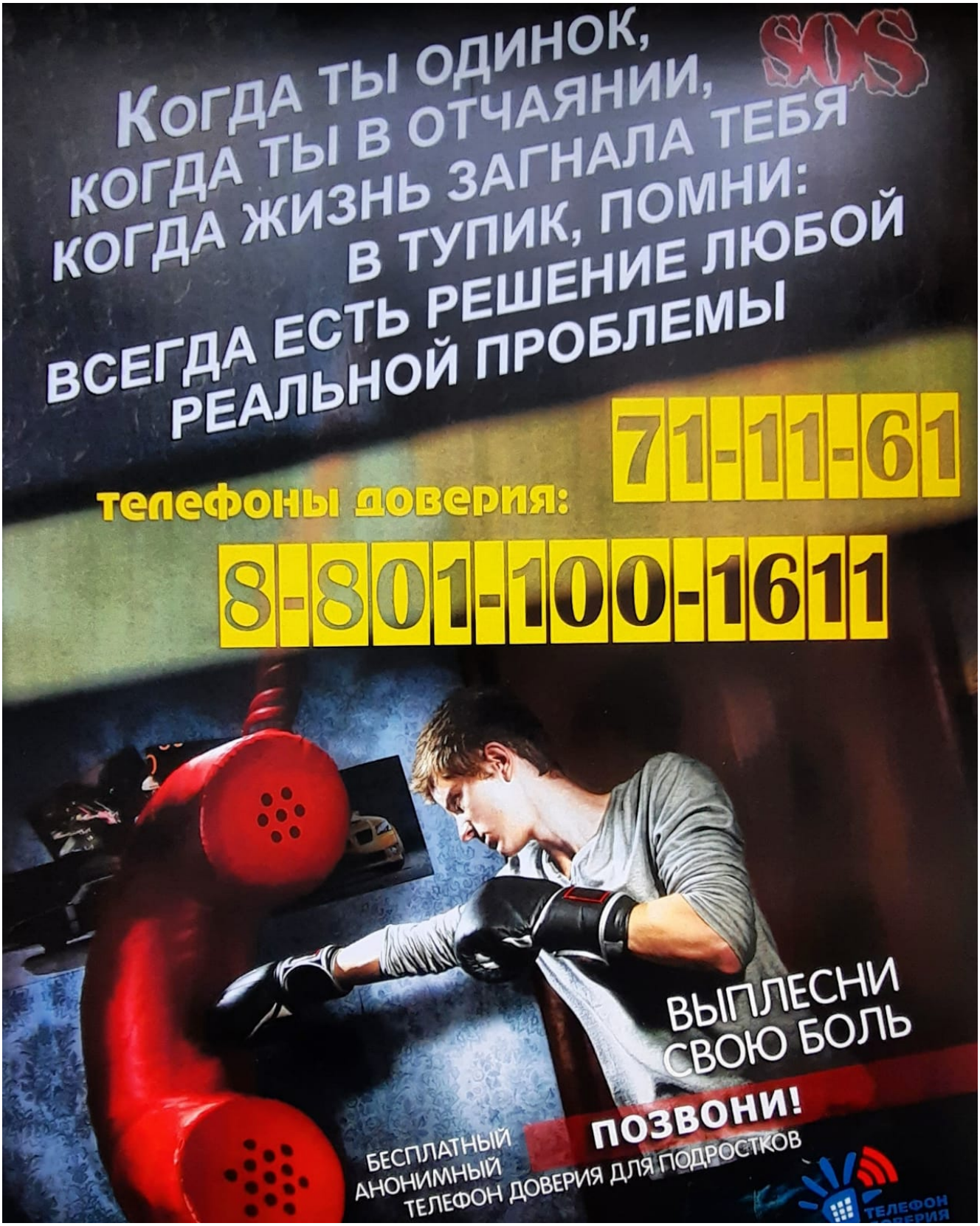
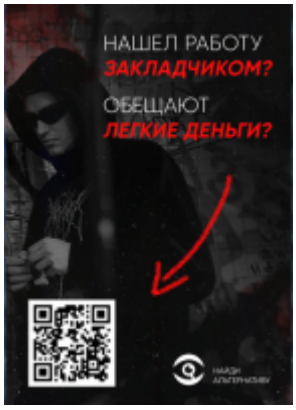
Социально-педагогическая поддержка и психологическая помощь

Кабинет педагога социального и педагога-психолога расположен:

1 этаж, кабинет № 15 (новый учебный корпус)


SOS
Когда ты одинок,
когда ты в отчаянии,
когда жизнь загнала тебя
в тупик, помни:
всегда есть решение любой
реальной проблемы
телефоны доверия:
71-11-61
8-801-100-1611
ВЫПЛЕСНИ
СВОЮ БОЛЬ
ПОЗВОНИ!
БЕСПЛАТНЫЙ
АНОНИМНЫЙ
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
ТЕЛЕФОН



СППС УО "МГЭК"

Все актуальные новости – в официальном аккаунте Instagram социально-педагогической поддержки и психологической помощи учреждения образования «Могилевский государственный

@SPPS_MGEK

электротехнический колледж»

Аудиозапись «Обращение к сверстникам»

Ссылка на аудиозапись

http://mpek.by/wp-content/uploads/2022/06/obrashhenie-k-sverstnikam_.mp3

Kids.pomogut.by – информационный ресурс для детей и подростков, родителей и педагогов по актуальным вопросам безопасного поведения в сети, профилактики насилия в интернете. Сайт позволяет детям и подросткам, пострадавшим от насилия в интернете, а также родителям и свидетелям получить информационную, правовую и другую помощь онлайн через чат сайта. Онлайн-консультации предоставляются круглосуточно, бесплатно, анонимно.

Педагог-психолог:

Хмель Наталья Сергеевна

Педагог социальный:

Близнякова Татьяна Александровна

Педагог социальный:

Гусакова Ольга Владимировна

График работы консультационного пункта

График консультаций педагога-психолога Хмель Натальи Сергеевны

Для учащихся	***Для родителей***	***Для педагогов***
1,4 ЧЕТВЕРГ месяца 11.00-12.00	**1, 4 СРЕДА месяца** 15.00-16.00	**1,4 ВТОРНИК месяца** 11.00-12.00

График консультаций педагога социального Близняковой Татьяны Александровны

Для учащихся	***Для родителей***	***Для педагогов***
2 ЧЕТВЕРГ месяца 11.00-12.00	**2 СРЕДА месяца** 15.00-16.00	**2 ВТОРНИК месяца** 11.00-12.00

График консультаций педагога социального Гусаковой Ольги Владимировны

Для учащихся	*Для родителей*	*Для педагогов*
3 ЧЕТВЕРГ месяца 11.00-12.00	**3 СРЕДА месяца** 15.00-16.00	**3 ВТОРНИК месяца** 11.00-12.00

График работы педагога социального, педагога-психолога

УО «Могилевский государственный электротехнический колледж»

на 2024/2025 учебный год

Ф.И.О. **Дни недели**	**Хмель Наталья Сергеевна** *педагог-психолог*	**Близнякова Татьяна Александровна** *педагог социальный*	**Гусакова Ольга Владимировна** *педагог социальный*
Понедельник	08.00-17.30	08.00-17.00	08.00-17.00
Вторник	08.00-17.00	08.00-17.00	08.00-17.00
Среда	08.00-17.00	08.00-17.00	08.00-17.00
Четверг	08.00-17.30	08.00-17.00	08.00-17.00
Пятница	08.00-17.00	08.00-17.00	08.00-17.00

Учреждение здравоохранения « Могилевская областная психиатрическая больница»
информирует об организации с 15 октября 2017 г. работы телефонной
детской линии помощи в круглосуточном режиме
8-901-100-1611
на базе учреждения здравоохранения «Городской клинический детский психиатрический диспансер».

Некоторые переживания и проблемы сложно обсуждать с родителями или друзьями. А иногда нам просто очень нужна поддержка, а рядом нет никого из близких.
В таких ситуациях можно поговорить с психологом позвонив на
Детскую телефонную линию по номеру8-801-100-16-11
(круглосуточно, бесплатно, анонимно)

➢ ***О моём звонке точно никто не узнает? Если я звоню с мобильного, то меня отследят?***

Ты можешь быть уверен в анонимности и конфиденциальности разговора с психологом. Тебе совершенно не обязательно сообщать психологам какую-либо личную информацию: фамилию, номер школы и т.д. Специалисту могут понадобиться только твои пол и возраст, так как от них могут зависеть рекомендации. Психолог спросит, как тебя зовут, только для того, чтобы знать, как к тебе обращаться, если ты не хочешь называть настоящее имя, то можешь придумать псевдоним. Разговор не записывается, психолог не будет отслеживать твой номер телефона и не сможет связаться ни с твоими родителями, ни с кем-либо из школы. Ты сможешь в любой момент прервать разговор.

➢ ***Сколько будет стоить звонок? С телефона потом не спишут деньги?***

Звонок на **Детскую телефонную линию по номеру 8-801-100-16-11** бесплатный с городского и мобильного телефона (для любого мобильного оператора). За помощью можно обращаться **круглосуточно.**

➢ ***С какими вопросами можно обратиться? Вдруг моя проблема окажется недостаточно серьёзной, меня потом не накажут за этот звонок?***

Обратиться можно с любой личной проблемой или трудностью, с которой не удаётся справиться самостоятельно. Если ты оказался в трудной жизненной ситуации, чувствуешь себя одиноко или просто плохо, не можешь найти выход или не знаешь, к кому обратиться за поддержкой и психологической помощью, звони. Любая проблема, которая тебя по-настоящему волнует, важна.

➢ ***Что сказать психологу по телефону?***

Достаточно просто рассказать немного о том, что тебя волнует, или описать свою проблему. Психолог сам поможет тебе начать разговор, если ты растеряешься, и окажет необходимую поддержку.

➢ ***Чем мне поможет звонок по телефону, зачем тратить на это время?***

Во время звонка можно не только выговориться и получить поддержку, но и по-новому взглянуть на проблему, поменять своё отношение к ней или понять, какие варианты решения есть и с чего можно начать. На детской телефонной линии работают опытные психологи, которые не просто выслушают тебя, но и окажут профессиональную помощь.

➢ ***Куда ещё я могу обратиться? А если я захочу встретиться с психологом лично?***

Проще всего обратиться к психологу в своей школе. Для этого достаточно прийти к нему в кабинет и договориться о встрече. Психолог также может подсказать, куда еще можно обратиться со своими проблемами.

8-017-263-03-03 *Круглосуточно, бесплатно, анонимно*	Телефон доверия для детей и подростков
8-801-100-8-801 *Круглосуточно, бесплатно, анонимно*	Общенациональная горячая линия для пострадавших от насилия
8 (0222) 71-11-61 *Круглосуточно, анонимно*	Телефон «Доверия» экстренной психологической помощи г. Могилев
+375-17-300-10-06 (9:00до 18:00) онлайн-чат на сайте **rcpp.by**	Республиканский центр психологической помощи

Недавно заработала **платформа о психологическом здоровье,** на которой специалисты будут готовы помочь тебе конфиденциально. Ты можешь записаться самостоятельно на онлайн-сессию к психологу.

Также на сайте можно почитать **материалы по психологии,** которые написали психологи и твои сверстники. Возможно, ты найдёшь что-то важное и полезное. Почитай, чтобы узнать больше о волнующей теме.

talk2ok.by

Бесплатная онлайн-консультация психологов для подростков (14-19 лет)

Также в Могилевской области работают

Центры, дружественные подросткам

– это структурные подразделения учреждения здравоохранения, которые оказывают помощь подросткам и молодежи в решении медицинских, психологических, социальных проблем.

Специалисты отвечают на твои вопросы, предлагают варианты решения проблем и помогают найти выход из кризисной ситуации.

ЦДП «Альтернатива», УЗ «Могилёвская детская поликлиника №4»	г.Могилёв, ул. Симонова, 55Б +375-222-63-88-42 *https://vk.com/detskajapolyclinica*
ЦДП «Импульс», УЗ «Бобруйская городская детская больница», Детская поликлиника №2	г.Бобруйск, ул. Советская, 11б +375-225-70-43-54 *http://bgdb.by/o-nas/impuls/*
ЦДП «Доверие», УЗ «Горецкая центральная районная больница», поликлиническое отделение	г.Горки, пр. Интернациональный, 2 +375-223-36-15-05 *http://gorkicrb.by/poliklinika/*

Некоторые переживания и проблемы сложно обсуждать с родителями или друзьями. А иногда нам просто очень нужна поддержка, а рядом нет никого из близких.
В таких ситуациях можно поговорить с психологом позвонив на
Детскую телефонную линию по номеру8-801-100-16-11
(круглосуточно, бесплатно, анонимно)

➢ ***О моём звонке точно никто не узнает? Если я звоню с мобильного, то меня отследят?***

Ты можешь быть уверен в анонимности и конфиденциальности разговора с психологом. Тебе совершенно не обязательно сообщать психологам какую-либо личную информацию: фамилию, номер школы и т.д. Специалисту могут понадобиться только твои пол и возраст, так как от них могут зависеть рекомендации. Психолог спросит, как тебя зовут, только для того, чтобы знать, как к тебе обращаться, если ты не хочешь называть настоящее имя, то можешь придумать псевдоним. Разговор не записывается, психолог не будет отслеживать твой номер телефона и не сможет связаться ни с твоими родителями, ни с кем-либо из школы. Ты сможешь в любой момент прервать разговор.

➢ ***Сколько будет стоить звонок? С телефона потом не спишут деньги?***

Звонок на **Детскую телефонную линию по номеру 8-801-100-16-11** бесплатный с городского и мобильного телефона (для любого мобильного оператора). За помощью можно обращаться **круглосуточно.**

➢ ***С какими вопросами можно обратиться? Вдруг моя проблема окажется недостаточно серьёзной, меня потом не накажут за этот звонок?***

Обратиться можно с любой личной проблемой или трудностью, с которой не удаётся справиться самостоятельно. Если ты оказался в трудной жизненной ситуации, чувствуешь себя одиноко или просто плохо, не можешь найти выход или не знаешь, к кому обратиться за поддержкой и психологической помощью, звони. Любая проблема, которая тебя по-настоящему волнует, важна.

➢ ***Что сказать психологу по телефону?***

Достаточно просто рассказать немного о том, что тебя волнует, или описать свою проблему. Психолог сам поможет тебе начать разговор, если ты растеряешься, и окажет необходимую поддержку.

➢ ***Чем мне поможет звонок по телефону, зачем тратить на это время?***

Во время звонка можно не только выговориться и получить поддержку, но и по-новому взглянуть на проблему, поменять своё отношение к ней или понять, какие варианты решения есть и с чего можно начать. На детской телефонной линии работают опытные психологи, которые не просто выслушают тебя, но и окажут профессиональную помощь.

➢ ***Куда ещё я могу обратиться? А если я захочу встретиться с психологом лично?***

Проще всего обратиться к психологу в своей школе. Для этого достаточно прийти к нему в кабинет и договориться о встрече. Психолог также может подсказать, куда еще можно обратиться со своими проблемами.

2023

8-017-263-03-03 *Круглосуточно, бесплатно, анонимно*	Телефон доверия для детей и подростков
8-801-100-8-801 *Круглосуточно, бесплатно, анонимно*	Общенациональная горячая линия для пострадавших от насилия
8 (0222) 71-11-61 *Круглосуточно, анонимно*	Телефон «Доверия» экстренной психологической помощи г. Могилев
+375-17-300-10-06 (9:00до 18:00) онлайн-чат на сайте **rcpp.by**	Республиканский центр психологической помощи

Недавно заработала**платформа о психологическом здоровье,** на которой специалисты будут готовы помочь тебе конфиденциально. Ты можешь записаться самостоятельно на онлайн-сессию к психологу.

Также на сайте можно почитать **материалы по психологии,** которые написали психологи и твои сверстники. Возможно, ты найдёшь что-то важное и полезное. Почитай, чтобы узнать больше о волнующей теме.

talk2ok.by

Бесплатная онлайн-консультация психологов для подростков (14-19 лет)

Также в Могилевской области работают

Центры, дружественные подросткам

– это структурные подразделения учреждения здравоохранения, которые оказывают помощь подросткам и молодежи в решении медицинских, психологических, социальных проблем.

Специалисты отвечают на твои вопросы, предлагают варианты решения проблем и помогают найти выход из кризисной ситуации.

ЦДП «Альтернатива», УЗ «Могилёвская детская поликлиника №4»	г.Могилёв, ул. Симонова, 55Б +375-222-63-88-42 *https://vk.com/detskajapolyclinica*
ЦДП «Импульс», УЗ «Бобруйская городская детская больница», Детская поликлиника №2	г.Бобруйск, ул. Советская, 11б +375-225-70-43-54 *http://bgdb.by/o-nas/impuls/*
ЦДП «Доверие», УЗ «Горецкая центральная районная больница», поликлиническое отделение	г.Горки, пр. Интернациональный, 2 +375-223-36-15-05 *http://gorkicrb.by/poliklinika/*

2023