

Телефоны круглосуточной экстренной бесплатной психологической помощи несовершеннолетним и их родителям в различных жизненных ситуациях

Кризисно-адаптационный центр "Мир Ребенка" +7(423)2077075, также можно обратиться лично за помощью: г. Владивосток, ул. Жигура, 50А

Всероссийский детский телефон доверия
+7(800)8000122

Памятка для родителей по профилактике кризисных состояний у детей и подростков

Ситуации, на которые надо обратить особое внимание:

- ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми (родители, учитель, тренер);
- отвержение сверстников, травля (в том числе, в социальных сетях);
- личная неудача подростка (в учебе, на экзамене, в спорте) на фоне повышенных ожиданий родителей, ориентированности семьи на социальную успешность;
- несчастная любовь или разрыв романтических отношений;
- нестабильная семейная ситуация (развод родителей, конфликты, смена места жительства);
- травмирующая жизненная ситуация (потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, травма, насилие, тяжелое заболевание).

скачать памятку полностью

[Первая помощь ребенку в кризисной ситуации \(рекомендации родителям\)](#)