

ПАМЯТКА ДЛЯ ШКОЛЬНЫХ ПСИХОЛОГОВ

Как сохранять психологическое благополучие в период нестабильной ситуации в мире

- Поддерживайте стабильность своего эмоционального состояния. Только в этом случае вы сможете помочь тем, кто рассчитывает на вашу помощь.
- Совместно с администрацией школы проведите встречу с педагогическим коллективом, дайте рекомендации по способам стабилизации эмоционального состояния и психологически безопасного взаимодействия со школьниками и их родителями в сложившейся ситуации.
- Проведите групповые психологические тренинги для педагогов и детей, направленные на развитие ассертивных навыков.
- Держите в фокусе психолого-педагогического наблюдения социальную ситуацию развития и эмоциональное состояние детей «группы риска». Своевременно реагируйте на неблагоприятные факторы и симптомы.
- Информировать педагогов и детей о ресурсах психологической помощи*.
- При необходимости обращайтесь за профессиональной консультацией на горячую линию ГБУ ГППЦ ДОНМ: **8(499)172 04 45**

* РЕСУРСЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

8(800) 250 11 91 – Психологическое консультирование родителей

8(800) 200 01 22 – Телефон доверия для детей, подростков и их родителей

[МЫРЯДОМ.ОНЛАЙН](#) – Анонимный чат для подростков ГБУ ГППЦ ДОНМ

051 – Московская служба психологической помощи населению