

**Психологическая помощь и поддержка от отдела организации деятельности телефонов экстренной психологической помощи «Областной телефон доверия» и «Детский телефон доверия» для работы с детьми и подростками, с образовательными учреждениями, родителями (лицами, их заменяющими).**

Ссылки на радиозэфиры (№ 1-5); видеointервью (№ 6-7); видеоролики, по ОГЭ и ЕГЭ детям и родителям (№ 8-9); статьи (№ 10-11).

1. 13 января 2022 года состоялся радио эфир с участием руководителя службы экстренной психологической помощи по телефону. Повод - случай из жизни: пятиклашки из советского района г. Волгограда ушли из дома. Отправились за своей мечтой с деньгами и питомцем. А почему вообще дети уходят из дома? Слушайте уже на нашей страничке: [https://vk.com/wall-199714086\\_30](https://vk.com/wall-199714086_30) - разослано субъектам профилактики )соцзащита, ОблКДН, ГорКДН, ПДН) 14.01.2022 г.
2. Прямой Эфир на Радио России Волгоград (02 декабря 2021 года) "Стресс на работе: как преодолеть" для родителей и детей, беспокоящихся за своих родителей, поможет узнать, как совладать со стрессовыми состояниями. Вопросы слушателей на прямом эфире раскрывают тему максимально достоверно: [https://vk.com/wall-199714086\\_35](https://vk.com/wall-199714086_35)
3. Прямой Эфир на Радио России Волгоград 04 марта 2021 года "Телефон доверия - в помощь каждому", посвященный 21-летию Областного телефона доверия. Телефон доверия с основными принципами Анонимности (не надо представляться) и Конфиденциальности (содержание беседы с психологом останется между вами) дает возможность каждому позвонившему получить необходимую, экстренную (срочную) помощь и поддержку в ситуации затруднительного выбора: [https://vk.com/wall-199714086\\_33](https://vk.com/wall-199714086_33)
4. Выкладываем запись ещё одного эфира на радио. Посвящён он тому, как себя настраивать на позитивный лад, как избежать тревог и волнения, какие мысли и отношение к происходящему выбирать. Ведь мы можем влиять на то, что думаем, не так ли?). «Положительный настрой и отрицательный дрейф»: [https://vk.com/wall-199714086\\_36](https://vk.com/wall-199714086_36)
5. Как быть, если в семье непростая ситуация - пара на грани развода? Что учесть, как себя вести? Об этом и не только - в беседе с руководителем

службы экстренной психологической помощи. «Психологическая поддержка женщины в предразводной ситуации» [https://vk.com/wall-199714086\\_37](https://vk.com/wall-199714086_37)

6. Как развить лидерские качества»: кто такой лидер и что такое лидерские качества, все ли могут развивать лидерские качества, что даёт человеку развитие лидерских качеств, практические упражнения и лайфхаки на развитие лидерских качеств. Ссылка на видео в ВК [https://vk.com/mulider?w=wall-45883617\\_11903](https://vk.com/mulider?w=wall-45883617_11903)
7. 10.03.2022 г. Что такое эмоции? Чем эмоции отличаются от чувств? Почему важно уметь контролировать свои эмоции? Существуют ли ошибки при контроле над эмоциями? Способы контроля над эмоциями. [https://vk.com/mulider?w=wall-45883617\\_11955](https://vk.com/mulider?w=wall-45883617_11955)
8. Как сдать экзамены и сохранить себя: для выпускников. Рекомендации детского телефона доверия. В 3-х частях.  
Вариант № 1 [https://vk.com/wall-199714086\\_43](https://vk.com/wall-199714086_43)  
Вариант № 2 [https://vk.com/wall-199714086\\_48](https://vk.com/wall-199714086_48)
9. Рекомендации родителям детей выпускников [https://vk.com/wall-199714086\\_42](https://vk.com/wall-199714086_42).
- 10.Статья «Откровенно о Сокровенном». [https://vk.com/wall-199714086\\_46](https://vk.com/wall-199714086_46)
- 11.Статья «Как сдать экзамены и сохранить себя». Рекомендации детского телефона доверия выпускникам и их родителям». [https://vk.com/wall-199714086\\_50](https://vk.com/wall-199714086_50)