

Контакти гарячих ліній організацій, які надають психологічну підтримку при сильному емоційному потрясінні, стресі, відчутті небезпеки

Цілодобова лінія психологічної підтримки «Між нами» Львівський міський центр соціальних служб — 0800307305. Дзвінки з будь-яких операторів — безкоштовні.

Цілодобова безоплатна правова допомога /Free Legal Aid. - 0 800 213 103. Консультування з правових питань.

Центр психосоціальної підтримки НаУКМА та БО «Голоси дітей». Гаряча лінія для дітей (08.00 – 22.00): 096 039 22 58; 099 198 57 95; 063 558 12 82.

Гаряча лінія НУО «Людина в біді». Безкоштовні психологічні консультації (24/7) 0 800 210 160.

Центр-Ресурс Професіонал. Системний сімейний психотерапевт. 09.00 – 20.00 тел у Польщі +4873 311 52 96. Вайбер, телеграм: (067)-718-99-66, (063)-721-04-63, (066)-219-09-73.

Сильне емоційне потрясіння, стрес, відчуття небезпеки можуть викликати у вашої дитини психологічну травму. Читайте нижче, як визначити, що у вашої дитини психологічна травма, та як ви можете їй допомогти. Якщо дитині потрібна допомога спеціаліста - можна звертатися на дитячу гарячу лінію нашого партнера Ла Страда-Україна/La Strada-Ukraine, яка працює в онлайн режимі. Щоб отримати консультацію пишть:

Фейсбук - <https://www.facebook.com/childhotline.ukraine/>

Инста - https://www.instagram.com/childhotline_ua

Telegram - @CHL116111

Безкоштовна інтернет-платформа психологічної допомоги «Розкажи мені». Для отримання допомоги потрібно коротко описати свій запит і надіслати заявку за цим посиланням (<https://tellme.com.ua>). Модератори платформи підберуть спеціаліста, і він якнайшвидше зв'яжеться з вами. Консультації проводяться безкоштовно у режимі онлайн.

Крім того, команда Інституту когнітивного моделювання зі співпраці з кафедрою медичної психології, психосоматичної медицини та психотерапії Національного медичного університету імені Богомольця та спеціалістами проекту «Друг» розробила бот першої психологічної допомоги. Він стане в нагоді в перші години після травматичної події - з ним можна ознайомитися, перейшовши за посиланням (https://t.me/friend_first_aid_bot).

Джерело: Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні: Лист МОН № 1/3737 – 22 від 29.03.2022 р. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86164.