



НИЦМП



Полезные контакты

КУДА ОБРАТИТЬСЯ В ПРОБЛЕМНЫХ СИТУАЦИЯХ

**СОТРУДНИКАМ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ОРГАНИЗАЦИЙ,
ОБУЧАЮЩИМСЯ
И ИХ РОДИТЕЛЯМ**





НИЦМП

ПРИЧИНЫ ДЛЯ ОБРАЩЕНИЯ НА ГОРЯЧИЕ ЛИНИИ



Личные психологические проблемы у ребенка или родителя

Одиночество, тоска, депрессия, самоповреждения, суицидальные проявления.



Межличностные проблемы

Проблемы во взаимоотношениях в семье, в образовательном учреждении, с окружающими людьми.



Детско-родительские отношения

Проблемы с воспитанием, общением, вопросы взросления.



Угрозы кибербезопасности

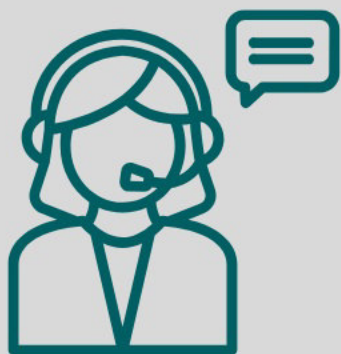
Подозрительные сообщения в социальных сетях или мессенджерах, шантаж и угрозы, просьба поделиться личными данными, общение с мошенниками.



Экстренные ситуации

Непосредственная угроза жизни и здоровью.

РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ПРОБЛЕМНЫЕ СИТУАЦИИ



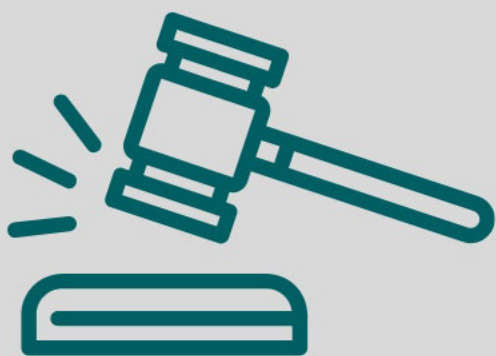
Если ребенок не готов делиться проблемами со своими близкими

Всероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей

8 800 2000 122

Вопросы по правам детей (решение социальных проблем, психологическая, юридическая консультации, медиация)

Уполномоченные по правам ребенка в субъектах Российской Федерации



ПОМОЩЬ ПО ВОПРОСАМ БЕЗОПАСНОСТИ



**Единый номер вызова экстренных оперативных служб
112**

Обращаться в случае: домашнего насилия; нарушения общественного порядка; преступления, свидетелем которого вы стали; необходимости срочной медицинской помощи.



**Виртуальная горячая линия по вопросам
кибербезопасности и профилактики экстремизма**
<https://resurs-center.ru/hotline>

Обращаться в случае: вовлечения людей в деятельность деструктивных религиозных организаций (сект); вербовки в экстремистские организации; преступления в сфере экстремизма и терроризма; дискриминации по национальному или религиозному признаку; нарушения прав и свобод.



Горячая линия МВД России
8 800 222 74 47

Обращаться в случае: опасности или совершения противоправных действий.

КОНТАКТЫ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ



Горячая линия «Помогите мне»

<https://resurs-center.ru/pomogite-mne>



**Онлайн-служба психологической помощи подросткам
и молодежи**

<https://твоятерритория.онлайн>



**Круглосуточный чат службы психологической помощи
и поддержки «Ты не один»**

<https://psyhelp74.ru/>



Общероссийский сайт «Помощь рядом»

<https://pomoschryadom.ru/>



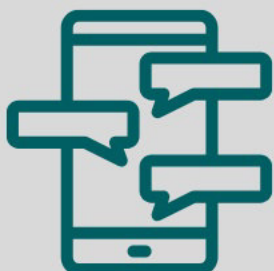
Портал «Я – родитель»

<https://www.ya-roditel.ru/parents/consultation/psycholog>



НИЦМП

ГОРЯЧИЕ ЛИНИИ ОТ НИЦ МОНИТОРИНГА И ПРОФИЛАКТИКИ



Горячая линия в сообществе «Digital психолог»

https://vk.com/hotline_help_me/

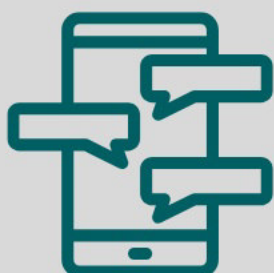
Для онлайн-консультации с психологом по личным вопросам.



Горячая линия «Кибербезопасность» в сообществе «НИЦ Мониторинга и профилактики»

<https://vk.com/nicmp>

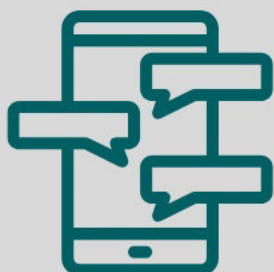
Для проверки фактов из Интернета, разоблачения мошенников.



Горячая линия для иностранных граждан и лиц с миграционной историей в сообществе «INTERКультура»

<https://vk.com/interkultura>

Для помощи в адаптации в новом обществе, психологической, юридической или социальной поддержки.



Горячая линия в сообществе «Родительский дозор»

https://vk.com/parental_control

Для помощи в вопросах детско-родительских отношений.