***Психологическая помощь***

*Если вы столкнулись с проблемой, не можете найти выход из ситуации – обращайтесь за помощью к психологу, которому можно доверять! Выход есть всегда, но бывают ситуации, в которых вам может потребоваться помощь, чтобы его найти – это нормально.*

**Психологическая помощь оказывается на безвозмездной основе**

В системе образования Брестской области психологическую помощь на безвозмездной основе можно получить в учреждениях образования, социально-педагогических центрах по месту обучения несовершеннолетнего.

Адреса социально-педагогических центров указаны на сайте <https://bospc.by/> во вкладке «деятельность» «контакты органов управления образованием, учреждений образования».

В ГУО «Брестский областной социально-педагогический центр» психологическую помощь на безвозмездной основе можно получить, предварительно согласовав визит по телефону:

**35-42-94 (приемная)**

Психологи ГУО «Брестский областной
социально-педагогический центр» проводят консультации для замещающих семей, обучающихся колледжей, из числа детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, родителей и детей, оказавшихся в трудной жизненной либо кризисной ситуации.

***Вопросы, по которым можно обращаться родителям с детьми***

уровень актуального развития ребенка;

снятие эмоционального напряжения;

снижение уровня тревожности и страхов;

консультирование при поведенческих особенностях детей;

психологическое сопровождение подростков;

развитие познавательных процессов;

формирование эмоционального интеллекта и др.

***Для подростка работа с психологом может быть полезной в следующих ситуациях***

социальные страхи, застенчивость, одиночество, трудности в общении со сверстниками;

проблемы с самооценкой, неумение говорить «Нет»;

апатия, сниженное настроение, тревожность, страхи;

растерянность и непонимание, куда поступать и что делать после школы;

неудовлетворенность своей внешностью, весом;

развод или расставание родителей;

трудности в отношениях с родителями;

агрессивное и конфликтное поведение;

потеря близкого человека;

переезд и т.п.

***Оказание помощи осуществляется***

**в индивидуальной форме:** диагностическое обследование, консультация, индивидуальное психокоррекционное занятие с ребенком с использованием элементов арт-терапии, телесно-ориентированной терапии, песочной терапии, с использованием метафорических ассоциативных карт;

в групповой форме работы – ведение психокоррекционных тренингов.

В соответствии со статьей 15 Закона Республики Беларусь от
1 июля 2010 г.№ 153-З «Об оказании психологической помощи» **информация, полученная при оказании психологической помощи, а также факт обращения за оказанием психологической помощи являются профессиональной тайной.**

***Комнаты безопасного пространства для детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации******открытые при поддержке ЮНИСЕФ в Республике Беларусь***

Комнаты безопасного пространства для детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, функционируют в
ГУО «Брестский областной социально-педагогический центр»,
ГУО «Социально-педагогический центр Пружанского района,
ГУО «Социально-педагогический центр Брестского района».