

В Воронеже.

### **Горячая линия психологической помощи продолжит работу.**

18 мая Воронежский филиал ПАО Ростелеком и Комплексный Психологический Центр "РОСТ" подписали соглашение. Психологам предоставлен телефонный номер и его обслуживание на специальных условиях для развития социального проекта. По номеру 2-100-756 бесплатную психологическую помощь смогут получить дети и подростки.

Напомним, что Горячая линия психологической помощи - проект, который начал действовать в период пандемии коронавируса и адресован всем категориям населения. Это был ответ на социальную боль. Режим самоизоляции, перемены, кризисные явления, страх за здоровье и благополучие - все это в комплексе негативно влияло на состояние людей. Социальную и эмоциональную напряжённость нужно было снимать. С инициативой организации Горячей линии психологической помощи выступила Виктория Квасова, руководитель Комплексного Психологического Центра "РОСТ". Инициативу поддержали психологи, коучи, консультанты. С 6 апреля ежедневно с 9.00 до 21.00 на телефонной линии дежурили специалисты. Работу на Горячей линии специалисты проводили на волонтерских условиях. За апрель и май на линию поступило более 500 звонков.

Сейчас, когда страна выходит из режима самоизоляции, Горячую линию психологической помощи решено сохранить.

Возвращение к привычному ритму жизни займёт несколько месяцев. С кризисными явлениями люди ещё будут сталкиваться. И актуальность психологической поддержки сохранится, - считает Виктория Квасова. - Горячая линия психологической помощи, на которую человек может обратиться бесплатно, нужна в любое время. Это инструмент повышения качества жизни, это забота о людях. В Центре "РОСТ" мы наблюдаем за проблемами общества, связанными с психо-эмоциональным состоянием. Повышение случаев суицидов среди подростков и молодёжи, рост социальной напряжённости среди взрослых и, прежде всего, среди людей зрелого возраста - это серьёзные угрозы, на которые можно и нужно влиять инструментами психологической помощи. В период особой эпидемиологической ситуации мы убедились в этом ещё раз.

Благодаря компании Ростелеком с середины мая открывается отдельная Горячая линия для детей, подростков, молодёжи. По номеру 2-100-765 можно получить помощь психолога в вопросах, касающихся взаимоотношений со

сверстниками и учителями, ситуаций в семье, внутренних конфликтов и вообще любых проблем, с которыми сложно разобраться и не к кому обратиться.

До конца июня будет действовать и прежний номер Горячей линии - 207-06-27, на который могут обратиться все заинтересованные в психологической помощи воронежцы. Прежде всего, психологи ждут людей зрелого возраста, так как они оказались в наиболее уязвимом положении, чаще нуждаются в общении и поддержке.

Горячая линия психологической помощи для детей, подростков, молодёжи - 2-100-765.

Горячая линия психологической помощи для взрослых - 207-06-27.