

Привет! Что делать, если...

- ты столкнулся с трудной жизненной ситуацией и не знаешь как ее решить;
- у тебя возникают противоречивые мысли о смысле жизни;
- ты не знаешь как справляться с негативными эмоциями и хочешь причинить себе вред;
- тебя буллят в школе;
- сложные отношения с родителями и сверстниками;
- не видишь смысла в жизни или не понимаешь как ставить цели и достигать их;
- ты оцениваешь свое состояние как стрессовое или депрессивное;
- твой друг в опасности, и ты не знаешь как ему помочь;
- тебе просто нужно обсудить какую-то ситуацию и получить помощь, понимание и поддержку специалиста.



Пройди по QR-коду

Платформа
психологической помощи
talk2ok.by
это



Безопасность

Поддержка

Понимание

Если тебе 14-19 лет, ты можешь **БЕСПЛАТНО** и **КОНФИДЕНЦИАЛЬНО** записаться на консультацию к психологу или равному консультанту



Психолог - это тот, кто помогает людям, которые столкнулись с психологическими проблемами.

Равные консультанты - это студенты Института психологии БГПУ, которые готовы выслушать и поделиться опытом, как они справляются с трудными ситуациями.



Привет! Что делать, если...

- ты столкнулся с трудной жизненной ситуацией и не знаешь как ее решить;
- у тебя возникают противоречивые мысли о смысле жизни;
- ты не знаешь как справляться с негативными эмоциями и хочешь причинить себе вред;
- тебя буллят в школе;
- сложные отношения с родителями и сверстниками;
- не видишь смысла в жизни или не понимаешь как ставить цели и достигать их;
- ты оцениваешь свое состояние как стрессовое или депрессивное;
- твой друг в опасности, и ты не знаешь как ему помочь;
- тебе просто нужно обсудить какую-то ситуацию и получить помощь, понимание и поддержку специалиста.



Пройди по QR-коду

Платформа
психологической помощи
talk2ok.by
это



Безопасность

Поддержка

Понимание

Если тебе 14-19 лет, ты можешь **БЕСПЛАТНО** и **КОНФИДЕНЦИАЛЬНО** записаться на консультацию к психологу или равному консультанту



Психолог - это тот, кто помогает людям, которые столкнулись с психологическими проблемами.

Равные консультанты - это студенты Института психологии БГПУ, которые готовы выслушать и поделиться опытом, как они справляются с трудными ситуациями.



