

## Уважаемые родители, педагоги, ученики!



Государственное бюджетное учреждение Ростовской области центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи оказывает бесплатную психолого-педагогическую помощь детям, подросткам и их родителям, педагогическим работникам в преодолении широкого круга трудностей, связанных с развитием, обучением и воспитанием, а также со сложной жизненной ситуацией у несовершеннолетних.

Специалисты Центра помогут в решении вопросов:

- взросления и общения со сверстниками;
- обучения и общения с учителями;
- социально-психологической адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и расстройствами аутистического спектра (РАС);
- конфликтов, страхов, неуверенности в себе, «плохого» настроения;
- тревожного, агрессивного, зависимого поведения;
- переживания последствий психологической травмы, потери близкого человека;
- стрессовых состояний, связанных, в том числе с подготовкой к экзаменам (ГИА, ЕГЭ);
- профориентации, выбора профессии.

Специалисты проводят консультации как очно, так и в дистанционном режиме.

**Получить подробную информацию о консультациях и предварительно записаться можно по телефону: 8 (863)251-14-10.**

**Адрес: г. Ростов-на-Дону, ул. 13-я линия, 23.**

Задать вопросы можно, написав на нашу электронную почту [gostovgrant@yandex.ru](mailto:gostovgrant@yandex.ru) или заполнив форму обратной связи внизу страницы сайта в разделе "Напишите нам!" (<http://www.ocpprik.ru/>).

## Уважаемые родители, педагоги, ученики!



В государственном бюджетном учреждении Ростовской области центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи проводятся занятия с детьми и подростками с использованием инновационных компьютерных комплексов («Комфорт-ЛОГО», «Тимокко», «Волна», «Реакор»).

Занятия проводит психолог индивидуально в удобное для Вас время.

### **Занятия помогут Вам:**

- стабилизировать нервно-психическое состояние;
- развить адаптационные возможности организма;
- сформировать навык преодоления жизненных трудностей;
- улучшить концентрацию внимания, память и работоспособность;
- научиться контролировать состояние тревоги и страха;
- справиться с психоэмоциональным напряжением, связанным, в том числе с подготовкой к экзаменам (ГИА, ЕГЭ) и учебными нагрузками;
- повысить стрессоустойчивость и учебную успеваемость;
- улучшить общение со сверстниками.

**Получить подробную информацию о занятиях и предварительно записаться можно по телефону: 8 (863)251-14-10.**

**Адрес: г. Ростов-на-Дону, ул. 13-я линия, 23.**

**Задать вопросы можно, написав на нашу электронную почту [rostovgrant@yandex.ru](mailto:rostovgrant@yandex.ru) или заполнив форму обратной связи внизу страницы сайта в разделе "Напишите нам!" (<http://www.ocpprik.ru/>).**