



E-konsultācijas bērniem un pusaudžiem

Publicēts: 11.11.2020.

Kas tas ir?

E-konsultācijas ir ērta un mūsdienīga konsultāciju saņemšana, izmantojot internetu. Tā sniedz iespēju saņemt speciālista konsultāciju ar e-pasta palīdzību.

Tā Tev ir piemērota, ja:

- Tev ir nepieciešama psiholoģiska palīdzība,
- Tu vēlies saņemt atbalstu krīzes situācijā,
- Tev labāk patīk rakstīt un saņemt atbildes rakstiski,
- Tu labprātāk izsaki savas domas un jūtas rakstiski,
- Tev nav iespējas saņemt palīdzību citā veidā,
- Tu esi gatavs saņemt atbildi pēc laika (līdz 3 dienām no vēstules saņemšanas brīža).

Kur rakstīt?

Raksti mums, spiežot šeit: [e-konsultācija bērniem un pusaudžiem](#)

Tev ir iespēja mums uzrakstīt vēstuli un mēs centsimies sniegt Tev palīdzību un nepieciešamo atbalstu krīzes situācijā!

Kādos gadījumos e-konsultācija nav piemērota?

Šāda konsultācija nav piemērota bērniem vai pusaudžiem akūtas krīzes situācijā (pašnāvības risks, savas vai cita cilvēka drošības, veselības vai dzīvības draudi).

Akūtas krīzes situācijā vēlams zvanīt uz VBTAI Bērnu un pusaudžu uzticības tālruni 116111, neatliekamajai medicīniskajai palīdzībai - 113 vai policijai – 110, vai arī zvanot kopējam neatliekamās palīdzības dienesta telefonam 112.

E-konsultācijas

<https://www.bti.gov.lv/lv/e-konsultācijas-berniem-un-pusaudziem>