

Принципы работы «Детского телефона доверия»:

- **Бесплатность** — звонок любой продолжительности на детский телефон доверия 8 800 2000 122 и 124 абсолютно бесплатный с любого мобильного или стационарного телефона.
- **Анонимность** — общение с консультантом (психологом) детского телефона доверия полностью анонимно: отсутствует определитель номера, можно представиться вымышленным именем. Консультанты детского телефона доверия также работают под псевдонимами.
- **Доступность** — действует на всей территории России, позвонить можно из любой точки страны с любого телефона.
- **Конфиденциальность** — содержание разговора останется тайной. Никакая информация об обратившемся за помощью на детский телефон доверия, а также о тематике его обращения не раскрывается.
- **Профессионализм** — на детском телефоне доверия работают только квалифицированные специалисты – прошедшие специальную подготовку психологи-консультанты»



Телефон доверия для детей, подростков и их родителей

8-800-2000-122 или 124

*Дорогие ребята,
эта информация для вас!*

Многие из вас порой не знают, как поступить в той или иной сложной жизненной ситуации. Не знают, к кому обратиться за помощью, поддержкой. Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можно поделиться со своим другом или подругой. Но бывают такие ситуации, когда не хочется откровенничать с друзьями или близкими.

В таких ситуациях каждый может позвонить на телефон доверия и обсудить свои проблемы, посоветоваться.

Детский телефон доверия создан для того, чтобы:

- оказывать помощь в разрешении следующих трудностей: конфликты в семье и школе, учебные и личные проблемы, и т. д.;
- содействовать в разрешении внутрисемейных проблем;

- ознакомить людей со способами и средствами преодоления жизненных трудностей;

- развивать их способность понимать свое эмоциональное состояние и управлять им.

Детский телефон доверия дает возможность получить своевременную помощь в трудной ситуации.

Опасаешься, что не поймут?

В жизни бывают ситуации, когда делаясь своими проблемами с близкими, человек получает осуждение и упрёки. Психолог-консультант выслушает без осуждения, вместе вы подумаете, как быть дальше. Если понадобится дальнейшая помощь, специалист порекомендует, куда можно обратиться.

*Как осмелиться позвонить
на Телефон доверия?*

В таких случаях самое главное решиться набрать номер и, услышав голос, поздороваться... Дальше есть несколько вариантов. Можно прямо рассказать о том, что тебя беспокоит, либо от лица друга (подруги) пересказать ситуацию, как будто это произошло с кем-то другим.

*По каким вопросам можно
звонить на
«Детский телефон доверия»?*

Темы обращений могут быть самыми разными, например:

- очень нравится девочка или мальчик и хочется как-то привлечь ее (его) внимание;
- произошел конфликт с кем-то из старших и в связи с этим возникли страх и тревога;
- в школе проблема с учителями;
- конфликты и непонимание с родителями;
- ссора с другом (подругой);
- не хочется никого видеть и ни с кем общаться;
- друг курит (употребляет алкоголь или наркотики), как помочь ему избавиться от этой зависимости, к кому обратиться за помощью?;
- возникла безвыходная ситуация.

По этим и многим другим волнующим вопросам можно обратиться к специалистам Детского телефона доверия:

8-800-2000-122

или 124