



Общероссийская линия Детского телефона доверия **8-800-2000-122**

*Детский телефон доверия- это канал
связи общества с душой ребенка.
Павел Астахов*

Можно позвонить

Если:

- ✓Трудно общаться со сверстниками;
- ✓Поссорился с родителями, друзьями, учителями;
- ✓Не знаешь как избавиться от стыда, страха;
- ✓Чувствуешь себя одиноко;
- ✓Хочешь рассказать о своих тревогах и переживаниях;
- ✓Трудно, не с кем об этом поговорить;
- ✓Переживаешь по поводу зависимости;
- ✓Нужен совет или информация.



Что мешает обратиться за помощью?

Думают, что обращаться за помощью – это признак слабости или глупости?

Признать наличие проблемы и предпринять шаги для ее решения с помощью специалиста – показатель интеллекта и душевной силы.

Думают, что психолог – для больных и «психов»?

Психологи работают только со здоровыми людьми.

Считают, что раскрывать свои чувства стыдно?

По телефону есть возможность рассказать обо всем, что тревожит, и получить профессиональную помощь, оставаясь неузнанным.

Не умеют разговаривать о своих чувствах, думают, что никто не сможет понять проблемы?

Психолог поможет выразить чувства, облегчить эмоциональное состояние, профессионально разберется в проблеме.

Боятся говорить о своей проблеме, потому что это очень больно?

Когда проблема решена, боль уходит. Но если избегать решения проблемы, то боль может стать хронической.

ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ:

- ✓ Помочь разобраться в себе;
- ✓ Показать возможность выбора;
- ✓ Наметить пути выхода из проблемной ситуации;
- ✓ Предоставить психологическую информацию;
- ✓ Предоставить информацию о том, в каких учреждениях можно получить помощь других специалистов (юристов, врачей, записаться на очную психологическую консультацию и др).

СОТРУДНИКИ ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ ЗАНИМАЮТСЯ ВСЕМИ ДЕТСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ, ВКЛЮЧАЯ

- жестокое обращение с детьми;
- насилие среди сверстников;
- нарушение прав ребенка.



Принципы работы Телефона Доверия:

- ✓ **Анонимность** (можно представиться любым именем или не называть его вовсе)
- ✓ **Конфиденциальность** (все детали звонка остаются в тайне)
- ✓ **Бесплатность** (с любого городского или мобильного телефона)
- ✓ **Профессиональность** (в этой службе работают психологи, прошедшие специальное обучение)

8-800-2000-122



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ