



# 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