

Детский телефон доверия – экстренная помощь для детей и подростков

Что такое телефон доверия?

Телефон доверия — один из видов социально значимых услуг. Предоставляет возможность анонимной телефонной беседы с квалифицированным консультантом.

Телефон доверия - это один из самых доступных видов психологической и другой видов помощи для всех людей, независимо от их возраста и социального положения.

Телефон доверия - это помощь для тех, у кого есть слишком личные и интимные вопросы, чтобы обсудить их со старыми знакомыми и даже с друзьями.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ — ЭТО СКОРАЯ ПОМОЩЬ ДЛЯ ДУШИ!

Когда со здоровьем очень плохо, ты вызываешь скорую помощь, а потом проходишь курс лечения у врача.

Когда на душе очень пусто, ты можешь позвонить по **Всероссийскому телефону доверия**.

Кто берет трубку телефона?

Консультанты. Они обучены навыкам телефонного консультирования и толерантности (терпимости).

Что ты получаешь, набрав заветный номер?

1. Первое и самое главное — живой голос в телефонной трубке и уши, готовые тебя выслушать. Человек на том конце провода готов ждать, пока иссякнут твои слезы; верит, что ты справишься с проблемой; знает, что у тебя есть опора в жизни.
2. Общение, но общение с профессионалами!
3. Полный собственный контроль над ситуацией: ты всегда вправе *первым* положить трубку!
4. Анонимность обращения: тебе не нужно скрывать детали, стыдиться собственных чувств, о которых никто не узнает.
5. Быструю помощь здесь и сейчас, когда у тебя нет возможности искать психолога для очной консультации.

Какая польза от Телефона доверия? В каком случае ты можешь позвонить?

Если:

- ты подвергся физическому, эмоциональному, сексуальному насилию;
- испытываешь сложности в общении с противоположным полом;
- употребляешь психоактивные вещества и не можешь остановиться;
- тебя беспокоят сложные конфликтные взаимоотношения с друзьями или в семье;
- у тебя острый душевный кризис из-за потери близкого человека;
- всё чаще испытываешь одиночество, и тебя посещают суицидальные мысли;
- есть другие проблемы, в которых ты хочешь разобраться.

Звони в любое время дня и ночи – [8-800-2000-122](tel:8-800-2000-122).

«Телефон доверия» работает круглосуточно!