

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

Фетский телефон доверия- это қанал связи общества с душой ребенқа.

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

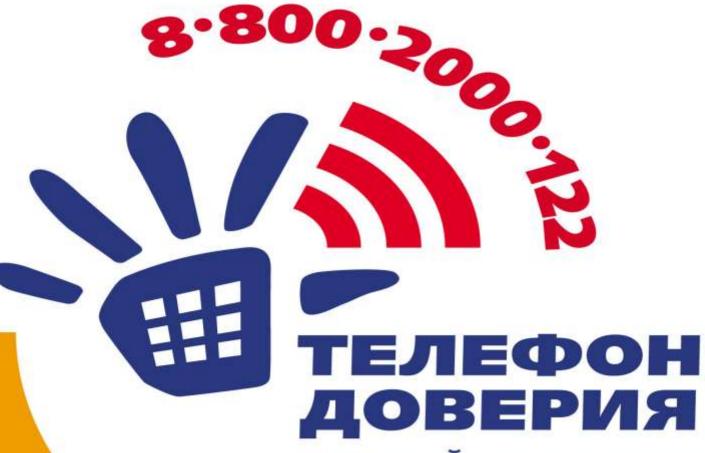
- > жестокое обращение с детьми;
- **>** насилие среди сверстников;
- > нарушение прав ребенка.





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)



ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ