

Детский телефон доверия Звоните: 8-800-2000-122

Многие 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 делиться переживаниями с друзьями или близкими.

Если Вам плохо, если Вам нужна поддержка - звоните по телефону доверия 8-800-2000-122 круглосуточно, бесплатно, анонимно.

У Вас есть возможность позвонить по телефону и рассказать о своих переживаниях, чувствах, проблемах.

Телефон доверия - один из видов социально значимых услуг.

Предоставляет возможность анонимной телефонной беседы с квалифицированным консультантом.

Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в кризисном состоянии, в том числе, как профилактика суицидов. Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не могут справиться. Он не думал, что будет много звонков. Несколько дней он справлялся сам - отвечал всем людям. Все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи. Он пришёл к выводу, что одному ему с этим делом не справиться и стал искать добровольных помощников. Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, которые помогают другим людям по телефону.

По телефону доверия может анонимно обратиться абсолютно любой человек, чтобы обсудить отношения с друзьями, близкими, семейные и школьные отношения. Звоня на этот номер в любом населённом пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов, дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключённых к единому общероссийскому номеру 8-800-2000-122.

Детский телефон доверия даёт возможность получить своевременную помощь в трудной ситуации. Детский телефон доверия создан для того, чтобы ребёнок в трудных для него ситуациях мог обратиться за помощью, обсудить свои проблемы, посоветоваться.

Детский телефон доверия нужен для того, чтобы:

- оказывать помощь в разрешении следующих трудностей: конфликтов в семье и школе, учебных и иных личных проблем и т.д.;
- поддерживать детей и родителей в разрешении внутрисемейных проблем;
- информировать людей о способах и средствах преодоления сложных жизненных ситуаций;
- помогать снижать душевное напряжение ;

- развивать способности понимать своё состояние и управлять им.

По каким проблемам можно обратиться к специалисту телефона доверия?

- когда больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться;
- когда попали в безвыходную ситуацию;
- когда обидели в школе, на работе, на улице, дома;
- когда не знаете, как вести себя в той или иной ситуации;
- когда поссорились с близкими Вам людьми, другом или подругой;
- когда произошёл конфликт, и тревога не покидает Вас;
- когда родители или дети Вас не понимают, Вы не знаете как себя с ними вести, заслужить их понимание и уважение;
- когда в школе возникла проблема с учителями;
- когда очень нравится кто-то, но как привлечь к себе внимание, Вы не знаете;
- когда близкий Вам человек курит, употребляет алкоголь или наркотики, но Вы не знаете, как помочь ему (ей) избавиться от этой зависимости, к кому обратиться за помощью;
- когда Вы думаете, какую профессию выбрать и кем стать в будущем.

Служба телефона доверия работает круглосуточно, без выходных. Каждый, независимо от возраста, найдёт здесь открытого и понимающего собеседника, готового выслушать и помочь в трудной ситуации. Сотрудники службы уважают право другого человека быть самим собой и готовы принять Вас без критики и осуждения. Сам факт обращения на Телефон доверия и содержание беседы остаётся в тайне. Вы можете не называть своего имени. Телефонный разговор не надо оплачивать.

Помните, выход есть всегда!

В любой ситуации можно разобраться. Самое главное, не делайте поспешных выводов! Радуйтесь тому, что вам подарили жизнь, а как жить - это уже ваш выбор. Верьте, всё будет хорошо!

Звоните: 8-800-2000-122