

Основные правила работы детского телефона доверия:

- **Анонимность** – ты не обязан называть себя, передавать свои личные данные. Можешь представиться любым именем. Твой телефонный номер не фиксируется.
- **Конфиденциальность** – наш разговор не записывается и никому не передаётся. Толерантность – психолог с уважением отнесётся к тебе и твоей проблеме.
- **Свобода разговора** – ты можешь в любой момент прервать разговор.

**Знай, что теперь не один ты,
Ниточка помощи есть,
Тревоги и грусти моменты
Поможем преодолеть!**



Государственное бюджетное учреждение Калужской области

«Кировский центр социальной помощи семье и детям
«Паруса Надежды»

Адрес: 249442, Калужская обл., г. Киров, ул. Пушкина, д. 12В

Тел. 8(48456) 6-32-57, 6-36-30, 5-06-16

e-mail: gbuparusanadezhdy@adm.kaluga.ru

сайт: <https://kirovparusa.ucoz.org/>



**Что ты знаешь о
Детском
телефоне
доверия?
8-800-2000-122**

Подготовила методист
ГБУ «Кировский ЦСПД
«Паруса надежды»
Филатова Е.С.

Дорогой друг, эта информация для тебя!

Когда ты порой не представляешь, как поступить в той или иной непростой жизненной ситуации. Не знаешь, к кому обратиться за поддержкой и помощью. Ведь хорошо, если в семье есть взаимопонимание, а также ты можешь поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можешь поделиться со своим другом или подругой. Однако бывают такие ситуации, когда не хочется откровенничать с близкими и друзьями.

В подобных случаях ты можешь позвонить на телефон доверия и обсудить свои трудности, посоветоваться.

Детский телефон доверия создан для того, чтобы:

- оказывать помощь в разрешении различных трудностей: школьные и личные проблемы, конфликты дома и школе и т. д.;
- оказывать поддержку в разрешении внутрисемейных проблем;
- познакомить ребенка с приемами и методами преодоления актуальных проблем;
- развивать их способность осознать свое эмоциональное состояние и управлять им.

Детский телефон доверия помогает получать своевременную помощь и поддержку в трудной ситуации.

Переживаешь, что тебя не поймут?

В жизни бывают такие ситуации, когда делаясь своими проблемами с близкими, ребенок получает лишь осуждение и упрёки.

Самое главное это то, что по ту сторону телефона, тебя всегда услышит живой человек, который посочувствует тебе, посоветует как поступить в твоей ситуации без осуждения, но уж никак не решит за тебя твои проблемы.

С этим ты должен справиться самостоятельно, и у тебя всё получится!

Если понадобится дальнейшая помощь, специалист порекомендует, куда можно обратиться.

Как решиться позвонить на «Детский телефон доверия»?

В подобных ситуациях самое главное решиться набрать номер и, услышав голос, поздороваться... Далее есть несколько вариантов. Можно прямо рассказать о том, что тебя тревожит, либо от лица друга (подруги) пересказать ситуацию, словно это произошло с кем-то другим.

С какими вопросами можно звонить на «Детский телефон доверия»?

Вопросы могут быть самыми разными, например:

- мне очень нравится девочка или мальчик и хочется как-то привлечь ее (его) внимание;
- произошел конфликт с кем-то из старших и в связи с этим возникли страх и беспокойство;
- в школе трудности с учителями;
- конфликты и недопонимание с родителями;
- ссора с другом (подругой);
- не хочется никого видеть и ни с кем общаться;
- друг начал курить (употребляет спиртные напитки или наркотики), как ему помочь избавиться от этой привычки, к кому обратиться за помощью?;
- возникла безвыходная ситуация.

У тебя есть возможность поделиться своими переживаниями и найти ответы, на важные вопросы, позвонив по ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ

8-800-2000-122