

# Телефон доверия

Единый общероссийский номер  
детского телефона доверия

8-800-2000-112



# По каким вопросам можно обратиться к специалисту Детского телефона доверия?

- ❖ Когда больше не хочется ни с кем общаться.
- ❖ Попал в безвыходную ситуацию.
- ❖ Обидели в школе (на улице, дома)



- ❖ Когда не знаешь, как вести себя в тех или иных ситуациях.
- ❖ Когда больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться.
- ❖ Ссора с другом (подругой); как быть дальше?
- ❖ Родители не понимают, и ты не знаешь, как себя вести с ними и заслужить их уважение и понимание.



- ❖ В школе проблема с учителями.
- ❖ Очень нравится девочка или мальчик и ты не знаешь, как привлечь его(её) внимание.
- ❖ Как помочь другу избавиться от дурной зависимости? К кому обратиться за помощью?
- ❖ Какую профессию выбрать и кем стать в будущем?



Назовите людей, к которым вы  
могли бы обратиться за  
эмоциональной поддержкой,  
помощью



## Положительные стороны

- Анонимность
- Бесплатное обращение
- Выслушает опытный человек
- Безоценочное общение
- Выслушают столько, сколько будешь говорить
- Круглосуточно
- -Психологическая помощь, поддержка
- - Подскажут, к кому можно обратиться в трудной ситуации



## Отрицательные стороны

- Сложно общаться, не видя собеседника
- Отсутствие доверия к незнакомому человеку
- Наличие неприятного опыта общения с психологом
- Незнание номеров телефонов



# «Телефон доверия»

- это спасительная таблетка, начало решения проблемы.



# Как решиться набрать телефонный номер и рассказать о сокровенном постороннему человеку?

- ❖ Услышав голос оператора поздоровайся.
- ❖ Расскажи о том, что тебя беспокоит.
- ❖ Можешь рассказать свою историю от лица друга(подруги).





- ❖ Телефон доверия не обещает своим абонентам мгновенного избавления от бед, хотя, когда кто-то разделяет с тобой ношу, она становится легче.
- ❖ Обращаясь на Телефон доверия, ты научишься брать ответственность за свои действия и найдёшь выход из сложной ситуации



# Что вы получите, набрав номер «телефона доверия»?

- ❖ Этот человек знает, что вы сможете, что справитесь, что всё изменится, что есть те, кто станут вашей опорой.
- ❖ Вам не нужно стесняться, скрывать какие-то детали. Ваше обращение останется анонимным.
- ❖ Живое общение, »свободные уши», которые слушают вас внимательно.
- ❖ «Телефон доверия» – это всегда быстрая помощь.



# Принципы работы Детского телефона доверия:

- ❖ ни абонент, ни консультант не обязаны называть себя, сообщать свои личные данные;
- ❖ телефонный номер абонента не фиксируется;
- ❖ содержание беседы не записывается и не передаётся другим людям;
- ❖ уважение к каждому позвонившему как к личности.

# Источник психологической помощи, к которому можно обратиться в трудной ситуации

- Родители
- Брат или сестра
- Друг или подруга
- Бабушка и дедушка
- Педагоги
- Соседи
- Телефон Доверия

**8-800-2000-122**



# Детский телефон доверия создан для того, чтобы:

- ❖ оказывать помощь в разрешении конфликтов в семье и школе;
- ❖ поддерживать детей и родителей в разрешении внутрисемейных проблем;
- ❖ информировать людей о способах и средствах преодоления жизненных трудностей;
- ❖ помогать снижать внутреннее напряжение людей, развивать их способность понимать своё состояние и управлять им.

