

# Телефон доверия

## Памятка для детей



### В каких случаях нужно обращаться за помощью к специалисту:

- поругался с родителями;
- ссора с друзьями;
- тебя не понимают взрослые или учителя;
- жестокое обращение в школе или дома;
- насилие;
- семья переехала в другой населенный пункт (переживание расставания с друзьями, одноклассниками, домом, привыкание к новой школе, новым людям);
- переживаешь развод родителей;
- если мучают и пугают мысли о смерти;
- чувствуешь одиночество.

### Как работает Телефон доверия.

- В службе Детского телефона доверия работают специалисты- психологи.
- Телефон доверия открыт для каждого человека. В том числе и для родителей. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Основная идея состоит в том, что любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.
- Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия любой беспокоящий его проблемой, особенно той, которую сложно обсудить с родными и знакомыми.
- Помощь всегда анонимна.
- Каждый Телефон доверия в своем определенном режиме - круглосуточно или по расписанию.