***Принципы работы***

***«Детского телефона доверия»:***

* ни абонент, ни консультант не обязаны называть себя, сообщать свои личные данные;
* абонент может назваться любым именем или вообще не сообщать его, телефонный номер абонента не фиксируется;
* содержание беседы не записывается и не передается другим людям;
* консультантами работают специалисты, прошедшие профессиональную подготовку.

***Телефон доверия для детей,***

***подростков и их родителей***

**8-800-2000-122**



**ПОМНИТЕ:**

Безвыходных ситуаций не бывает!

Победа останется за вами!



Знай,что теперь не один ты,

Ниточка помощи есть,

Тревоги и грусти моменты

Поможем преодолеть!

***Телефон доверия –***

***что можно доверить?***



***Дорогие ребята,***

***эта информация для вас!***

Многие из вас 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 откровенничать с друзьями или близкими.

***В таких ситуациях каждый может позвонить на телефон доверия и обсудить свои проблемы, посоветоваться. Детский телефон доверия создан для того, чтобы:***

* оказывать помощь в разрешении следующих трудностей: конфликты в семье и школе, учебные и личные проблемы, и т. д.;
* содействовать в разрешении внутрисемейных проблем;
* ознакомить людей со способами и средствами преодоления жизненных трудностей;
* развивать их способность понимать свое эмоциональное состояние и управлять им.

Детский телефон доверия дает возможность получить своевременную помощь в трудной ситуации.

***Опасаешься, что не поймут?***

В жизни бывают ситуации, когда делясь своими проблемами с близкими, человек получает осуждение и упрёки. Психолог-консультант выслушает без осуждения, вместе вы подумаете, как быть дальше. Если понадобится дальнейшая помощь, специалист порекомендует, куда можно обратиться.



***Как осмелиться позвонить***

***на Телефон доверия?***

В таких случаях самое главное решиться набрать номер и, услышав голос, поздороваться... Дальше есть несколько вариантов. Можно прямо рассказать о том, что тебя беспокоит, либо от лица друга (подруги) пересказать ситуацию, как будто это произошло с кем-то другим.

***По каким вопросам можно***

***звонить на***

***«Детский телефон доверия»?***

Темы обращений могут быть самыми разными, например:

* 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 тревога;
* в школе проблема с учителями;
* конфликты и непонимание с родителями;
* ссора с другом (подругой);
* не хочется никого видеть и ни с кем общаться;
* друг курит (употребляет алкоголь или наркотики), как помочь ему избавиться от этой зависимости, к кому обратиться за помощью?;
* возникла безвыходная ситуация.

***По этим и многим другим волнующим вопросам можно обратиться к специалистам Детского телефона доверия.***

«Телефон доверия» - 8-800-100-49-94 круглосуточно и бесплатно со всех телефонов на территории Чувашской Республики.

Помните ! Вы не одиноки!