

### **Для чего нужен телефон доверия?**

В жизни много вопросов и трудностей. Каждый может попасть в ситуацию, когда ему будет нужна помощь. В этот момент важно быть услышанным! И это очень важно!

### **Принципы работы телефона доверия**

Анонимность, бесплатность и доступность – основные принципы работы детского телефона доверия.

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

- когда не знаешь, как вести себя в тех или иных ситуациях;
- очень нравится девочка или мальчик и ты не знаешь, как привлечь ее (его) внимание;
- произошел конфликт с кем-то из старших и в связи с этим тревога не покидает тебя;
- родители не понимают, и ты не знаешь, как себя с ними вести и заслужить их уважение и понимание;
- ссора с другом (подругой);
- обидели в школе, в колледже (на улице, дома);
- когда больше 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?
- тебе кажется, что ты попал в безвыходную ситуацию; какую профессию выбрать и кем стать в будущем?

### **А что волнует тебя?**

- внешний вид: лицо, фигура, физические данные;
- первая любовь;
- проблемы со сверстниками;
- непростые отношения с родителями;
- плохая успеваемость в школе или колледже;
- болезнь близких людей или их утрата;
- кошмарные сны.

### **Кто тебя консультирует?**

Консультанты Детского телефона доверия – психологи с высшим образованием, которые прошли специальное обучение технологиям телефонного консультирования.

### **ПОМНИТЕ! Безвыходных ситуаций не бывает!**

Более подробно ознакомиться с информацией о деятельности Телефона доверия для детей, подростков и их родителей можно на сайте <http://www.telefon-doveria.ru>