



Министерство труда и социальной защиты
Саратовской области

ГАУ СО СРЦ «Возвращение»

МОЙ ТЕЛЕФОН

8-800-2000-122

ДОВЕРИЯ

для детей, подростков
и их родителей





«Телефон Доверия» - служба экстренной анонимной психологической помощи населению по телефону.

Это один из самых доступных видов психологической помощи.

Это помощь для тех, у кого есть очень личные вопросы, обсуждение которых трудно доверить родителям, друзьям и близким.

бесплатно с любого номера
круглосуточно
анонимно

**Детский телефон доверия
для детей, подростков и их родителей**

8-800-2000-122



История создания службы психологической помощи по телефону

Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в кризисном состоянии, в том числе как профилактика суицидов. Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не могут справиться.





Он и не думал, что будет много звонков. Несколько дней он справлялся сам – отвечал всем людям. Все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи. Он пришел к выводу, что одному ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников. Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, которые помогают другим людям по телефону.





**Единый
номер
Детского
телефона
доверия
действует
на
территории
Российской
Федерации с
1 сентября
2010 года**

10 ЛЕТ ТЕЛЕФОНУ
ДОВЕРИЯ
8 800 2000 122
для ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
и их РОДИТЕЛЕЙ

ПРИНЯТО
10 000 000 +
звонков от детей и взрослых

ЕЖЕГОДНО
~1 000 000
обращений



ДОСТУПНО	БЕСПЛАТНО	АНОНИМНО	КОНФИДЕНЦИАЛЬНО	ПРОФЕССИОНАЛЬНО
действует на всей территории России, позвонить можно из любой точки страны с любого телефона	звонок любой продолжительности бесплатный	без определителя номера, можно представиться вымышленным именем	содержание разговора останется тайной	только профессиональные психологи, прошедшие подготовку

ПРИЧИНЫ ОБРАЩЕНИЙ

Вопросы самоопределения
поиск и принятие себя, одиночество,
суицидальные настроения

Отношения со сверстниками
дружба, любовь, популярность, травля

Детско-родительские отношения
ссоры, непонимание, давление,
непослушание

Стресс из-за школы и экзаменов
конфликты, отсутствие мотивации,
успеваемость, выбор профессии

ПО ВСЕЙ СТРАНЕ

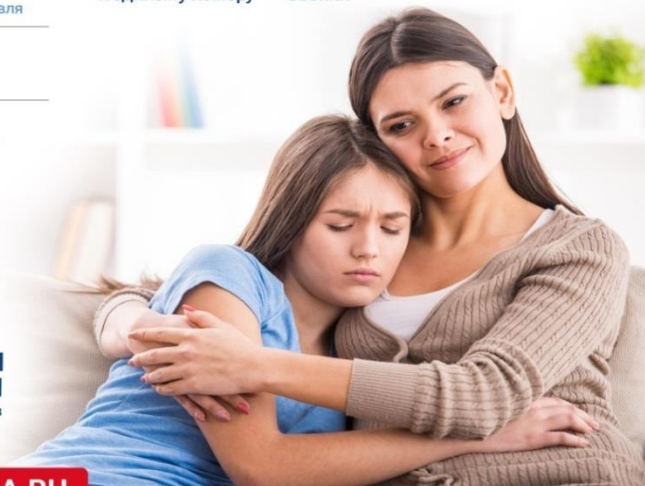
218
СЛУЖБ
подключены
к единому номеру

БОЛЕЕ

1 200
ПСИХОЛОГОВ
принимает
звонки

В 67 РЕГИОНАХ

24/7
КРУГЛОСУТОЧНЫЙ
РЕЖИМ РАБОТЫ



TELEFON-DOVERIA.RU



Композиция логотипа «Общероссийского Детского Телефона доверия»



Раскрытая ладонь обозначает призыв о помощи, кнопки на ладони обозначают телефон

Расходящиеся красные линии — тревожный сигнал, который обязательно будет услышан

Пять пальцев одной ладони — символ единства, которое возникает между детьми, попавшими в трудную ситуацию, и теми людьми, которые ГОТОВЫ ЭТИМ ДЕТЯМ ПОМОЧЬ.



Красный цвет обозначает сигнал тревоги и привлекает внимание.

Синий цвет — цвет уверенности и надежды.

Вместе с белым фоном цветовая гамма повторяет цвета государственной символики — таким образом обозначается непосредственное государственное участие в программе.



Принципы работы Детского телефона доверия

Доступность.

Служба телефона доверия работает каждый день, без выходных. В любое время, днем и ночью, каждый обратившийся найдет здесь открытого и понимающего собеседника, готового выслушать и помочь в кризисной ситуации.

Недирективность.

Сотрудники службы уважают право другого человека быть таким, какой он есть, и готовы принять без критики и осуждения.



БЕСПЛАТНО
Любой тарифный план
Любой мобильный оператор
Неограниченная длительность разговора

АНОНИМНО
Без определителя номера
Никто не узнает твой адрес
Можно назваться вымышленным именем

**ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ
ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА
ДОВЕРИЯ**

КОНФИДЕНЦИАЛЬНО
Без определителя номера
Разговоры не записываются
Все, что вы говорите, останется только между нами

ДОСТУПНО
Из любой точки России
Неограниченная длительность разговора
Бесплатно

КВАЛИФИЦИРОВАННО
Только опытные психологи
Только квалифицированные специалисты
Все консультанты проходят специальную подготовку

8-800-2000-122

**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
для детей, подростков
и их родителей

ДОСТУПНО • АНОНИМНО • БЕСПЛАТНО
8-800-2000-122
WWW·TELEFON-DOVERIA·RU



Конфиденциальность.

Сам факт обращения на телефон доверия и содержание беседы остается в тайне.

Анонимность..

Абонент может не называть своего имени.

Бесплатность

Разговор не надо оплачивать с любых телефонов (стационарных и мобильных)



8-800-2000-122

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

АНОНИМНО | БЕСПЛАТНО



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

**ТЕБЯ
НЕ СЛЫШАТ?
МЫ
УСЛЫШИМ!**

8 800 2000 122

КРУГЛОСУТОЧНО | БЕСПЛАТНО | АНОНИМНО

**Когда больше не хочется никого
видеть и 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.**

**Ссора с другом (подругой); как
быть дальше?**

**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.

В школе проблема с учителями.

Очень нравится девочка или мальчик и ты не знаешь, как привлечь ее (его) внимание.

Друг курит (употребляет алкоголь или наркотики); как помочь ему избавиться от этой зависимости? К кому обратиться за помощью?

Какую профессию выбрать и кем стать в будущем?

ТЕБЕ ОДИНОКО?
ТЕБЯ НЕ ПОНИМАЮТ ДОМА И В ШКОЛЕ?
ТЫ ИЩЕШЬ ПОДДЕРЖКУ?

ВЫХОД ЕСТЬ !

**ДЕТСКИЙ
ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

8-800-2000-122

**БЕСПЛАТНО
АНОНИМНО
КРУГЛОСУТОЧНО**



КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К КОНСУЛЬТАЦИИ ПСИХОЛОГА?

Ты можешь совсем не готовиться.

1. Просто набрать номер телефона и рассказать о том, что ты переживаешь, и о своей проблеме.
2. Консультант будет задавать вопросы, и постепенно ситуация прояснится.

Если тебе удобнее все продумать заранее, то ответь самому себе на следующие вопросы:

1. Что сейчас происходит?
2. Когда все это началось?
3. Как я понял, что у меня есть проблема (по каким признакам, фактам)?
4. Почему именно сейчас я решил обратиться к психологу? Что послужило толчком?
5. Что больше всего меня не устраивает в том, что происходит?
6. Что я хочу вместо этого?



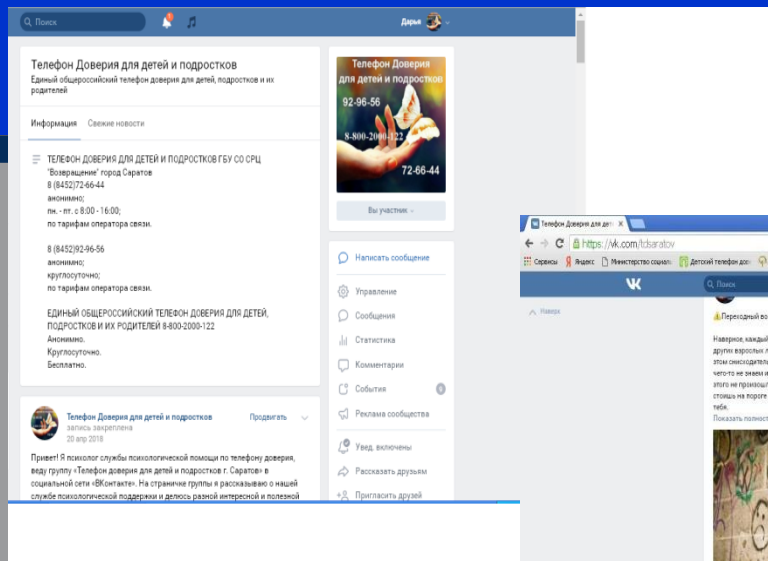
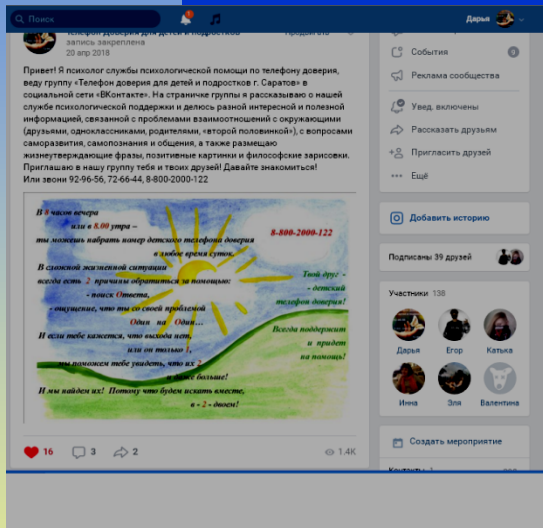


**17 мая - Международный
день детского
телефона доверия**
8-800-2000-122



Группа Подросткового Телефона доверия в Вконтакте

<https://vk.com/tdsaratov>



Посетив группу, ты сможешь:

- Познакомиться с публикациями по актуальным психологическим проблемам подросткового возраста.
- Получить практические рекомендации психолога.
- Узнать более полную информацию о Детском телефоне доверия.

Спасибо за внимание!

