Информация о работе детского телефона доверия

Общероссийский детский телефон доверия в России начал свою работу в 2010 году. Единый номер: **8-800-2000-122**.

Помощь оказывается анонимно, конфиденциально и бесплатно.

Обратиться за помощью может любой ребенок, подросток или родитель по любым вопросам, связанным с ребенком.

Консультанты детского телефона доверия отвечают на вопросы, таких как:

- ***неприятное эмоциональное состояние*** – грусть, тоска, подавленность, злость, раздражение, обида, стыд, вина и т.д.;
- ***самоповреждение и мысли о суициде***;
- ***сложности в отношениях*** – конфликты/недопонимание в семье (с родителями, бабушками и дедушками, братьями и сестрами), ссора с другом/подругой, недопонимание с парнем/девушкой, тяжелый разрыв романтических отношений, несчастная любовь, конфликт с учителем в школе, буллинг;
- ***сложные жизненные ситуации*** – переезд в другой город, переход в новую школу, совершили ошибку и не знаете, как ее исправить, обманули родителей и не знаете, как признаться, ушли из дома, попали в плохую компанию, стали жертвой угроз, незапланированная беременность, вам предлагают наркотики или склоняют к плохим поступкам и нарушению закона, вас преследует страх или тревожность, хотите помочь другу в трудной ситуации, но не знаете как, страшно оставаться одному дома, не знаете, как уговорить родителей завести домашнее животное или отпустить с ночевкой к другу, переживаете из-за ссор или развода родителей умер близкий человек;
- ***школа и образование*** – переживания из-за предстоящих экзаменов/контрольной, отсутствие успехов в учебе, не можете определиться с

профессией после выпуска из школы, не хотите ходить в школу, потеряли интерес к учебе, не понимаете, зачем вам это, испытываете сложности в планировании своего времени, испытываете стресс из-за учебной нагрузки, вынуждены ходить на секцию, которая вам не нравится, все надоело, вы устали и ничего не хотите;

•***проблемы с самооценкой*** – не устраивает внешность или вы стесняетесь какой-то особенности, ничего не получается, потому что вас критикуют, вы не верите в себя, боитесь или стесняетесь знакомиться и общаться с другими людьми, слишком сильно переживаете из-за чужого мнения.

Сотрудниками школы-интерната №36 города Ставрополя проводится информирование детей и родителей о возможности обращения за бесплатной психологической консультацией на детский телефон доверия.

Специальной подготовки к консультации не требуется.

Все, что нужно, чтобы получить помощь – позвонить по телефону **8-800-2000-122**.