

## **Детский телефон доверия 8-800-2000-122 – просто позвони!**

Дети и их родители часто нуждаются в психологической помощи, при этом спектр вопросов, которые волнуют и тех, и других, очень разнообразен: недопонимание между детьми и родителями, трудности с учебой и в общении со сверстниками, сложная жизненная ситуация, беспокойство о здоровье, потребность в доверительной беседе, поиск сочувствия, поддержки при принятии важного решения.

Способов получить необходимую информацию и поддержку немало, но одним из самых доступных является **единый общероссийский детский телефон доверия 8-800-2000-122, созданный Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации**. Стоит только набрать номер или воспользоваться специально разработанным приложением для смартфона, и помощь уже доступна.

Помощь оказывают опытные специалисты, которые могут быстро и правильно сориентироваться в любой даже самой трудной ситуации, найти правильный подход, нужные слова и даже интонацию для тех кто, нуждается в поддержке.

**Главной задачей телефонного консультанта является снижение психоэмоционального напряжения у звонящего и предостережение от необдуманных или опасных поступков, способных принести вред жизни и здоровью.**

Беседа с ребенком или подростком на волнующую его тему уже сама по себе является профилактикой стресса. Психологи-консультанты, прошедшие специальную подготовку, выслушают, помогут снять острый стресс, разобраться в своих чувствах и выбрать пути решения проблем. Специалисты детского телефона доверия никогда и никого не осуждают, не критикуют и не учат жизни.

Работая с родителями, психолог ориентирует их в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребенка, поможет в выстраивании открытых и доверительных отношений, проанализирует семейную ситуацию и при необходимости даст практические рекомендации.

**Детский телефон доверия работает на всей территории Российской Федерации, в том числе в Вологодской области, днем и ночью, 24 часа в сутки. Длительность разговора не ограничена. Каждый позвонивший может быть уверен, что разговор останется строго между ним и специалистом, поэтому собеседнику можно довериться полностью. Разговоры не записываются, номера телефонов не определяются.**

**Звонки на Детский телефон доверия бесплатны и анонимны, принимаются с мобильных и стационарных телефонов, что обеспечивает доступность психологической помощи для каждого ребенка, независимо от места его проживания.**

**8-800-2000-122 – помощь всегда рядом!**