

Телефон Доверия—это...

- это вид помощи, который вы можете получить бесплатно, не выходя из дома

На номер **8 800 2000 122** можно позвонить бесплатно и с «обычного» и с сотового телефона из любого уголка страны.

- это возможность рассказать о своих проблемах **анонимно**

Бывают ситуации о которых трудно рассказывать, сидя рядом с человеком.

- это безопасно

Здесь вас выслушают без упреков и поддержки.



Просто подними трубку и набери **8 800 2000 122**

- это консультация психолога

На телефоне Доверия работают такие же психологи, которые сидят в кабинетах на консультациях.

Психологические телефоны доверия работают уже давно во многих странах мира. В России, среди нескольких сотен телефонов доверия, есть один **ОБЩЕРОССИЙСКИЙ телефон доверия для детей и подростков**.

В Хабаровске на звонки по номеру **8 800 2000 122**

8 800 2000 122



**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ

отвечают несколько десятков психологов. По этому поводу мы постарались вам оказать помощь профессиональной.

Мы хотим помочь разобраться вам в событиях вашей жизни, в ваших чувствах и желаниях, без осуждения. Чтобы вам было не страшно беседовать с психологом вы можете не называть своего настоящего имени (или назвать вымышленное) и места, где вы находитесь.

Бывает так, что «плохое» настроение появляется после учёбы или вечера, когда остаешься один. А может тяжелые мысли мучают тебя ночью и тебе трудно уснуть с ними? Поэтому можно звонить **круглосуточно**.

Если хочешь поговорить:

- об отношениях с воспитателем, учителями...
- о дружбе и любви...
- о своей жизни и проблемах...
- о жестоком обращении с тобой или сверстниками...

Если хочешь рассказать:

- о своих чувствах, обидах, страхах и боли...
- о своих планах на будущее...

*Просто набери
8 800 2000 122*

КГБОУ «Краевой центр
психолого-медико-социального
сопровождения»

8 800 2000 122
телефон доверия для детей
и подростков

8 (4212) 30-70-92

экстренная психологическая
помощь