

# ЕДИНЫЙ ОБЩЕРОССИЙСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

8-800-2000-122



В 2020 году отмечается 10 лет с начала работы детского телефона доверия под единым общероссийским номером 8-800-2000-122.

По состоянию на 1 января 2020 года на номер 8-800-2000-122 поступило более 9,5 млн обращений от детей и их родителей.

По состоянию на 01 января 2020 г., к единому номеру подключено 218 организаций в 85 субъектах Российской Федерации, в 68 регионах детский телефон доверия работает в круглосуточном режиме.

Психологическая помощь детям и подросткам также предоставлялась специалистами сайта [telefon-doveria.ru](http://telefon-doveria.ru). В 2019 году психологи онлайн-чата оказали 9,8 тыс. онлайн и офлайн консультаций. Такие консультации оказываются тем абонентам, которые по каким-то причинам не могут дозвониться на общероссийский телефон доверия, имеют ограничения здоровья и дефекты речи, которым проще писать, чем говорить.

Кто был первый абонент – ребенок или взрослый? Что беспокоило его в тот момент? Этого мы рассказывать не будем: **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ** изначально была главным условием работы службы экстренной психологической помощи. Одно можно сказать точно: на том конце провода позвонивший услышал в ответ голос человека, который реально готов выслушать и помочь.

## ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ:

- ✓ **НАБИРАЕТЕ НОМЕР 8-800-2000-122**
- ✓ **ПРОИСХОДИТ ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕГИОНА, ИЗ КОТОРОГО ЗВОНЯТ**
- ✓ **ЗВОНОК ПЕРЕАДРЕСУЕТСЯ В СЛУЖБУ ВАШЕГО РЕГИОНА**
- ✓ **В СЛУЖБЕ ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ РАБОТАЮТ ПРОШЕДШИЕ СПЕЦИАЛЬНУЮ ПОДГОТОВКУ ПСИХОЛОГИ-КОНСУЛЬТАНТЫ.**

Общение с психологом абсолютно **АНОНИМНО**: называть свое имя, фамилию адрес никто не потребует счета за разговор, каким бы длительным он не получился, не последует:

**ЗВОНОК С ЛЮБОГО МОБИЛЬНОГО ИЛИ СТАЦИОНАРНОГО ТЕЛЕФОНА БЕСПЛАТНЫЙ.**

## С какими проблемами обращаются?

- не знаете, как вести себя в тех или иных ситуациях;
- очень нравится девочка или мальчик, и Вы не знаете, как привлечь ее (его) внимание;
- произошел конфликт с кем-то из старших и в связи с этим Вас не покидает тревога;
- в школе проблема с учителями;
- родители не понимают, Вы не знаете, как себя с ними вести и заслужить их уважение и понимание;
- произошла ссора с другом (подругой);
- обидели в школе (на улице, дома);
- больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться;
- друг курит (употребляет алкоголь или наркотики) и Вы не знаете, как помочь ему избавиться от этой зависимости;
- вы попали в безвыходную ситуацию;
- испытываете тревогу, беспокойство;
- не знаете, какую профессию выбрать и кем стать в будущем и т.п.

**Безвыходных ситуаций не бывает!**

**Если вы попали в трудную жизненную ситуацию, нужно не отчаиваться, а составить план действий и делать шаги для реализации плана.**