ТРИ ГЛАВНЫХ ПРАВИЛА РАБОТЫ:

1.АНОНИМНОСТЬ

Тебе не нужно называть свое имя, фамилию или адрес. Психолог не спросит, кто ты и откуда. Разговор останется строго между вами.

2.БЕСПЛАТНО

Звонок с любого мобильного или стационарного телефона в России абсолютно бесплатный. Ты можешь говорить столько, сколько нужно, и это ничего не будет стоить.

3.ДОСТУПНОСТЬ

Звонки принимаются круглосуточно, 7 дней в неделю. Ты можешь позвонить в любое время суток, когда тебе понадобится помощь.

ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

Единая общероссийская служба психологической помощи детям, подросткам и их родителям.

КОГДА НУЖНА ПОДДЕРЖКА?

Бывают ситуации, которые кажутся безвыходными.
Когда обидно, страшно, одиноко или кажется, что никто не понимает. В такие моменты важно знать: есть место, где тебя выслушают и помогут.





8-800-2000-122

ТЫ НЕ ОДИН! ЗДЕСЬ ТЕБЕ ПОМОГУТ.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

1. Ты набираешь 8-800-2000-122.
2. Автоматика определяет твой регион.
3. Звонок переадресуется в ближайшую свободную службу.
4. Если линия занята, звонок переведут к другому психологу в твоем регионе.
5. На том конце провода всегда отвечает профессиональный психолог, готовый выслушать.



КТО ОТВЕЧАЕТ НА ЗВОНКИ?

На линии работают опытные психологи-консультанты. Их главная задача — помочь тебе успокоиться, разобраться в своих чувствах и найти собственный выход из сложной ситуации.



ВМЕСТЕ С ТОБОЙ ПСИХОЛОГ:

- Снимет остроту боли и страха.
- Поможет проанализировать ситуацию.
- Поддержит и убережет от опрометчивых поступков.
- Настроит на то, чтобы ты сам нашел верное решение.



ЭТО НЕ ПРОСТО ТЕЛЕФОН. ЭТО ШАНС БЫТЬ УСЛЫШАННЫМ.

Помни: позвонить и попросить о помощи — это не слабость.
Это ответственный шаг сильного человека.