Жизнь состоит не только из ярких моментов. Иногда детям, как и взрослым, кажется, что они стоят перед сложной проблемой, решение которой найти невозможно, и тогда все краски жизни начинают блекнуть. Мы спрашиваем совета и ждем помощи от людей, которые могут оказаться вовсе некомпетентными в вопросах решения наших собственных проблем, а иногда нам просто не к кому обратиться. Для того чтобы любой ребенок, подросток или родитель мог анонимно и бесплатно получить квалифицированную психологическую помощь, и был создан **единый общероссийский детский телефон доверия 8-800-2000-122**. На том конце провода нам ответит профессиональный психолог, который окажет помощь и предложит выход из безвыходной, как нам кажется, ситуации.

МНОГИЕ ДУМАЮТ, ЧТО ИМ НЕКОМУ ПОМОЧЬ, И ПРОБЛЕМА НЕРАЗРЕШИМА. НО БОЛЬШИНСТВО ЗВОНЯЩИХ ПОЛУЧАЮТ ПОМОЩЬ, ЗАДАВАЯ ПРИМЕРНО ТАКИЕ ВОПРОСЫ:

* «Я ПЕРЕШЕЛ В НОВУЮ ШКОЛУ, И СО МНОЙ НИКТО НЕ ХОЧЕТ ДРУЖИТЬ»
* «ВСЕ МОИ ОДНОКЛАССНИКИ КУРЯТ, А Я НЕТ. ОНИ НАДО МНОЙ СМЕЮТСЯ»
* «Я ПОССОРИЛСЯ С ДРУГОМ И НЕ ЗНАЮ, КАК ПОМИРИТЬСЯ»
* «В МОЕЙ ШКОЛЕ ОДИН СТАРШЕКЛАССНИК ВЫМОГАЕТ У НАС ДЕНЬГИ. МНЕ СТРАШНО»
* «МОЯ УЧИТЕЛЬНИЦА ПО ФИЗИКЕ ПРИДИРАЕТСЯ КО МНЕ И СТАВИТ ДВОЙКИ. ОНА ПРОСТО МЕНЯ НЕ ЛЮБИТ, ХОТЯ Я ВСЕ УЧУ»
* «МНЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО Я НЕКРАСИВАЯ, И ПОЭТОМУ РЕБЯТА В ШКОЛЕ ИЗДЕВАЮТСЯ НАДО МНОЙ»
* «РОДИТЕЛИ НЕ РАЗРЕШАЮТ МНЕ ОБЩАТЬСЯ С МОИМИ ДРУЗЬЯМИ, ГОВОРЯТ, ЧТО ЭТО НЕПОДХОДЯЩАЯ КОМПАНИЯ»
* «Я ВЛЮБИЛАСЬ, А ОН НЕ ОБРАЩАЕТ НА МЕНЯ ВНИМАНИЯ, КАК МНЕ БЫТЬ?»

**У ЛЮБОЙ ПРОБЛЕМЫ ЕСТЬ РЕШЕНИЕ, А ИЗ ЛЮБОЙ СЛОЖНОЙ СИТУАЦИИ ЕСТЬ ВЫХОД.**

**ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ПОМОЖЕТ ТЕБЕ ЕГО НАЙТИ.**



**ПРОСТО ПОЗВОНИ –**

**8-800-2000-122**

**– и тебе помогут!!**



У каждого человека иногда случаются проблемы. Телефон Доверия дает возможность в такой ситуации получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в том, что происходит, в спокойной обстановке и в разговоре с доброжелательным человеком и решить, какие шаги сделать.

Телефоны Доверия в настоящее время очень популярны во всем мире. Дети/подростки звонят и советуются, как лучше поступить. Ведь не в каждой ситуации хватает своего опыта, а решение нужно принять.

На телефонах доверия работают специально обученные специалисты – психологи. На некоторых Телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

Телефон доверия открыт для каждого человека. В том числе и для родителей. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Основная идея состоит в том, что любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Человек может поделиться с консультантом Телефона доверия любой беспокоящей его проблемой.

Помощь на телефоне доверия всегда анонимна. Позвонивший и консультант не должны сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Также, обращаясь на телефон доверия, человек может получить интересующую его информацию.

**8-800-2000-122** – единый общероссийский номер детского телефона доверия – просто позвони в трудную минуту. Служба детского телефона доверия работает круглосуточно, анонимно и бесплатно, с домашнего и мобильного телефонов.