***Если:***

• Вам не удалось установить добрые отношения с детьми.  
• У Вас есть проблемы с родителями.  
• У Вас что-то разладилось в жизни.  
• Вы не можете разобраться в своих чувствах.  
• Вас не понимают даже самые близкие люди.

• Вам плохо, одиноко, больно и страшно.  
• Вы теряете силы и уверенность в себе.

Обращайтесь в Единую социально-психологическую службу.

**«Телефон Доверия»**  
***8-800-200-01-22***

**Как устроен Телефон Доверия?**

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 дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, **получить поддержку**, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.
* Телефон доверия **открыт для каждого человека**. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. 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**. Если не хотят, позвонивший и консультант могут не сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения.
* Обращаясь на Телефон Доверия, человек может **получить** интересующую его **информацию**.
* Каждый Телефон Доверия работает в своем определенном режиме - **круглосуточно или по расписанию.**