



**8 - 800 - 2000 - 122**

## **Детский телефон доверия**

*для детей, подростков и их родителей*

**На линии работают профессиональные психологи**

### **КОНСУЛЬТАНТЫ ПОМОГУТ:**

- снизить остроту переживаний;
- справиться с чувством вины, стыда, бессилия;
- разобраться с трудной ситуацией.

### **РАССКАЖУТ ДЕТЯМ:**

- как наладить отношения с родителями, сверстниками, учителями;
- как укрепить чувство собственной значимости;
- как настроиться на учебу;



### **ДАДУТ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ:**

- о психологических особенностях детей разных возрастов;
- как помочь ребенку справиться с трудностями:



- как наладить мир в семье;
- как стать ребенку другом;
- как хвалить и как наказывать;
- как укрепить свой авторитет в семье.

**Детский телефон доверия – это**

**анонимно                      бесплатно**  
**конфиденциально        круглосуточно**

**8 - 800 - 2000 - 122**

**Детский телефон доверия - территория безопасности**

Сайт <https://telefon-doveria.ru/>