***Единый общероссийский номер детского телефона доверия***

**8-800-2000-122**.

При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации с любых телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами уже действующих в субъектах Российской Федерации служб, оказывающих услуги по телефонному консультированию и подключенных к единому общероссийскому номеру детского телефона доверия.

**Конфиденциальность и бесплатность**

Два основных принципа работы телефона доверия. Это означает, что каждый ребенок и родитель может анонимно и бесплатно получить психологическую помощь и тайна его обращения на телефон доверия гарантируется.

Телефон доверия за последние годы стал одной из привычных и необходимых служб психологической помощи детям в нашей стране. Психологи, готовые ответить на звонок ребенка в любое время дня и ночи, спасли не один десяток жизней и помогли решить множество проблем детей и их родителей.

Детский телефон доверия - ***полностью анонимная служба***. Вы имеете право сохранить в тайне имя и любую другую информацию, которую не захотите открывать. Детский телефон доверия - ***абсолютно бесплатный*.**

***Помощь на Телефоне доверия оказывается****:*

* в ситуации острого горя (потеря родителей или близких людей, резкие изменения в семье, другие острые психологические травмы);
* пострадавшим от физического, морального или сексуального насилия (подвергшихся насилию);
* имеющим трудности в адаптации (социальной, семейной, школьной) и нарушения поведения (в том числе аддиктивного характера: наркомания, токсикомания, алкоголизм, азартность в играх);
* переживающим различного рода психологические проблемы: половое и социальное созревание; начало психического заболевания; негативный личный опыт решения неожиданно возникших проблем.
* **Дополнительная информация о Детском телефоне Доверия сайтах:**
* <https://telefon-doveria.ru/>
* [http://www.fond-detyam.ru](http://www.fond-detyam.ru/)
* [http://www.va-roditel.ru](http://www.va-roditel.ru/)
* [http://www.chelpsv.ru](http://www.chelpsv.ru/)

***Инструкция для обучающихся.***

У каждого в жизни периодически возникают ситуации, в которых трудно разобраться самому. Если ты попал в трудную ситуацию, если у тебя проблемы во взаимоотношениях с родителями или одноклассниками, если у тебя есть секреты, о которых ты боишься рассказать взрослым, если тебя не понимают окружающие или тебе не с кем поделиться своими проблемами, можешь позвонить на единый телефон доверия - **8 800 2000 122**. Все, что ты скажешь, услышит только психолог!

Очень важно не отвлекать психологов Телефона Доверия шуточными звонками и звонками-розыгрышами. Возможно, когда ты баловством занимаешь телефонную линию, кто-то очень нуждающийся в помощи и поддержке не получит её, и случится беда!

Единый телефон доверия оказывает психологическую помощь детям и родителям с целью укрепления семьи, профилактики семейного неблагополучия, стрессовых и суицидальных настроений детей и подростков, защиты законных прав детей.

Кроме этого телефон способствует получению психологической помощи детям и взрослым, проживающим в отдаленной сельской местности, где в силу объективных и субъективных обстоятельств затруднено обращение в стационарные службы. Сотрудники службы телефона доверия окажут эмоциональную поддержку и помощь родителям в воспитании детей, помогут в оказании своевременной грамотной психологической помощи детям, пережившим травмирующее событие.Телефон работает на всей территории Российской Федерации, днем и ночью, 24 часа в сутки. Звонок может быть осуществлен с любого телефона и является бесплатным. При этом звонящий имеет право не называть свое имя, а содержание беседы останется абсолютно конфиденциально.

Дополнительно существует линия помощи **«Дети онлайн»** — служба телефонного и онлайн-консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования детьми и подростками интернета и мобильной связи. Обратиться на Линию помощи можно: по телефону **8-800-250-00-15** (с 9 до 18 по рабочим дням, время московское, звонки по России бесплатные)

на сайте [www.detionline.com](http://www.detionline.com)

по электронной почте [helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com)