


 Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым информирует о работе детского телефона доверия!

Детский телефон доверия — это **бесплатная круглосуточная линия экстренной психологической помощи** для детей, подростков, их родителей и всех, кто столкнулся с трудностями в воспитании и взаимоотношениях с детьми.

Номера детского телефона доверия

-  **8 800 2000 122** (с любого стационарного или мобильного телефона)
-  **124** (с мобильного телефона)
-  **+7 978 0000738** (дополнительный номер для Республики Крым)

По каким вопросам можно обратиться?

- Сложности во взаимоотношениях с родителями, сверстниками, учителями.
- Проблемы в учебе.
- Трудности самоопределения и самопринятия.
- Страхи, тревоги, депрессивные состояния.
- Переживание травмирующих событий.
- Вопросы, связанные с физическим и психологическим здоровьем.
- Суицидальные мысли и другие вопросы.

Как проходит консультация?

Специалисты телефона доверия обладают большим опытом работы с детьми и подростками. Они помогут вам начать разговор, внимательно выслушают, зададут уточняющие вопросы и окажут необходимую поддержку. Не стоит стесняться своих чувств и переживаний – консультанты создадут доверительную атмосферу для комфортного общения.

Для более эффективной консультации вы можете заранее подготовить список вопросов, которые хотели бы обсудить.

Детский телефон доверия — ваша надежная опора в трудной ситуации. Не оставайтесь наедине со своими проблемами, звоните!