



Государственное бюджетное учреждение  
«Тверской областной Центр социальной помощи  
семье и детям»

**Детский телефон доверия — это бесплатная анонимная служба экстренной психологической помощи детям и родителям по телефону.**

Цель такой помощи — профилактика семейного неблагополучия, стрессовых и депрессивных настроений детей и подростков, защита прав детей, укрепление семьи.

Экстренную консультативно-психологическую помощь по телефону доверия осуществляют квалифицированные психологи.



**Когда стоит обращаться на детский телефон доверия?**

- Ваша трудная ситуация не находит разрешения, несмотря на все ваши усилия.
- Если вы вновь и вновь попадаете в одинаковую по сложности ситуацию и ваши старания избежать данной проблемы безуспешны.
- Если вы испытываете эмоциональный дискомфорт, например, из-за потери или кражи вещи, плохой оценки.
- Если близкие вас не понимают, то можно смело звонить на Детский телефон доверия.
- Обязательно звоните, если страшно, обидно, одиноко, грустно, если вы злитесь или испытываете стресс, если появилась апатия, и даже если сложно назвать конкретную проблему.

**Если не хочешь звонить на Детский телефон доверия, можешь нам написать в чат**

**Инструкция как написать в чат:**



1. Наберите в браузере ГБУ «Центр «Содействие» Тверь.
2. Перейдите по первой ссылке.
3. На сайте внизу будет написано «Чат» или «Анонимный чат Детского телефона доверия».
4. Напишите о своей проблеме и Вам обязательно ответят.

**Основные принципы работы Детского телефона доверия:**

- анонимность;
- доступность;
- конфиденциальность;
- профессионализм;
- экстренность;
- бесплатность.

Своевременное обращение в службу «Детского телефона доверия» даёт возможность ребенку или родителям, переживающим какие-либо трудности, получить поддержку и разобраться в сложных для них ситуациях.

Неразрешимых проблем не бывает!

**Единый федеральный телефон доверия для детей, подростков и их родителей:**



**ГБУ «Областной Центр «Семья»  
Тел/факс (4822) 45-37-11  
Тверь, пр-т Н. Корыткова, 43.  
Часы работы: Пн-Пт с 9.00 до 18.00  
E-mail: semiacenter@mail.ru**