

Помощь на расстоянии звонка



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
БЕСПЛАТНО. АНОНИМНО

8 (4752) 45-44-11
8 (800) 100-45-84

У каждого из нас бывают ситуации, когда на душе тяжело, а разговора с близкими людьми недостаточно. Или, более того, такой разговор нежелателен, потому что вопрос очень интимный и деликатный. Как быть? Можно пойти привычным путем и замкнуться в себе, но можно и просто поднять трубку и набрать номер «**Телефона доверия**».

Телефон доверия— один из видов социально значимых услуг. Предоставляет возможность анонимного телефонного разговора с квалифицированным консультантом.



У некоторых людей есть стойкие предубеждения, которые становятся препятствием при обращении за помощью либо снижают эффективность психологической консультации. На **Телефоне доверия** вами работает профессиональный психолог, с высшим образованием и опытом работы.

Существует представление о Телефоне доверия как о службе, куда звонят люди с психическими отклонениями. Соответственно, возникает страх постановки диагноза, а сам факт обращения за помощью воспринимается человеком как признание собственной неполноценности. Это не так. Психологи и психиатры — разные специалисты, разный профиль работы. На **Телефоне доверия** медицинский психолог, он работает с вариантами - как нормы, так и патологии. Также очень часто при мысли позвонить на Телефон доверия возникает страх



