

Каждый может столкнуться с трудностями, иногда приходится искать ответы на детские и недетские вопросы.

Не всегда эти вопросы можно обсудить с близкими, родными или друзьями



Номер телефона:

8-800-2000-122 а

или короткий: **124**



**pismo-
psychology@mail.ru**

Электронный адрес на который вы можете написать письмо в свободной форме о том, что вас беспокоит и получить психологическую помощь



Наш адрес:

664022, г. Иркутск, Пискунова 42

Т. 8(3952)700-940

сайт: www.crms-irk.ru

pismo-psychology@mail.ru



Министерство образования Иркутской области
Государственное автономное учреждение
Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и
социальной помощи»

**Детский телефон
доверия**



**«Звоните, мы всегда
ответим и поможем»**

Информационный буклет

Детский телефон доверия – это экстренная психологическая помощь для детей и их родителей

Вы можете обратиться по

вопросам:

♦ **Семейной тематики:**

- конфликт с ребенком;
- конфликт с родителями;
- переживание по поводу развода (дети и взрослые);
- как обрести понимание и доверие;
- переживание утраты близких

♦ **Отношения со сверстниками:**

- отсутствие, поиск друзей;
- конфликт с друзьями;
- переживания по поводу отношений с учебной группой

♦ **Проблемы взаимоотношения полов:**

- трудности в установлении знакомства;
- ссора с близким другом (подругой);
- переживание расставания влюбленности в кумира

Обо всем об этом и многом

другом вы можете узнать по номерам телефона:

124 или

8-800-2000-122

risimo-psychology@mail.ru

Электронный адрес на который вы можете написать письмо в свободной форме о том, что вас беспокоит или задать вопрос на интересующую вас тему и получить психологическую помощь

Вы можете обратиться по

вопросам:

♦ **Учебной и профессиональной тематики:**

- переживание плохих оценок, затруднения в учебной деятельности;
- затруднение в выборе профессий;
- поиск и смена работы

♦ **Проблемы принятия себя:**

- переживание одиночества;
- проблемы принятия себя как личности;
- религиозные вопросы

♦ **Переживание травмы:**
-насилие (психологическое, физическое, сексуализированное)

♦ **Проблемы социальной адаптации:**

- уход ребенка из дома;
- по вопросам воровства;
- переход в новую школу

Консультации проводят:

команда психологов

экстренной психологической помощи

Анонимно

Бесплатно

Круглосуточно