

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

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



Номер телефона:

**8-800-2000-122**

или короткий: **124**



[pismo-  
psychology@mail.ru](mailto: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.cpmss-irk.ru](http://www.cpmss-irk.ru)

[pismo-psychology@mail.ru](mailto: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 влюбленность в кумира

Обо всем об этом и многом другом вы можете узнать по номерам телефона:

**124 или  
8-800-2000-122**

[pismo-psychology@mail.ru](mailto:pismo-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

Консультации проводят:  
команда психологов  
экстренной психологической помощи

**Анонимно  
Бесплатно  
Круглосуточно**

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