

## **Телефон доверия онлайн: апгрейд по полной!**

***С первых рабочих дней нового 2021 года заработала обновленная версия сайта Общероссийского детского телефона доверия 8-800-2000-122.***

Телефон доверия для детей, подростков и их родителей – один из важнейших проектов Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, отметивший в прошлом году свое десятилетие. За эти годы специалисты службы экстренной психологической помощи приняли порядка 10,5 миллионов телефонных обращений и каждому абоненту постарались помочь справиться с кризисной ситуацией. С сентября 2016 года Детский телефон доверия получил «официальную прописку» в рунете по адресу <https://telefon-doveria.ru/> и продолжил помогать советами психологов в статьях и «лайфхаках» и тем, кто пока не решается набрать номер 8-800-2000-122.

Новые технологии все более стремительно меняют нашу жизнь, пришло время меняться и нашему сайту – в январе 2021 года пользователей встретил обновленный внешний вид и более удобная система навигации. Современный интерфейс позволит легко ориентироваться в структуре веб-ресурса и юным пользователям, и их родителям. Адресация к целевым аудиториям задана на главной странице предельно четко – кнопками «Подросткам» и «Взрослым». А поскольку многие пользователи (по статистике – 59%) заходят на сайт со смартфонов, специальный акцент сделан на номере телефона и возможности сразу же сделать звонок – просто нажав на значок телефонной трубки в главном меню.

Как и прежде, в редакционных материалах можно найти исчерпывающую информацию о Телефоне доверия. В вопросах и ответах разъяснены ключевые принципы его работы: анонимность, конфиденциальность, бесплатность, доступность и квалифицированность помощи, которую оказывают психологи-консультанты службы. В специальном меню выделены статьи, отвечающие на главные вопросы тех, кто только думает обратиться за помощью:

- ✓ Все, что вы хотели знать о Детском телефоне доверия;
- ✓ Мифы о Детском телефоне доверия;
- ✓ Как подготовиться к первому звонку;
- ✓ С какими вопросами можно звонить.

Также на сайте можно найти информацию о графике работы психологической службы в своем регионе, и задать вопросы о Детском телефоне доверия в чате.

Помимо традиционных статей и популярных инфографик, в обновленной версии сайта появилась новая интересная и полезная рубрика «Часто встречающиеся ситуации», в которой психолог разбирает наиболее актуальные кейсы с запросами от детей и подростков. Например, как помириться с другом после ссоры? Что делать, если родители тебя не понимают и не считают взрослым? Как поступить, если в классе начали кого-то травить? И как самому

не стать жертвой буллинга? Советы квалифицированного специалиста, основанные на реальных примерах, будут полезны не только детям. В статьях новой рубрики всегда найдутся подсказки и родителям - как повести себя в подобной ситуации и поддержать своего ребенка.

В специальном разделе «Взрослым» собраны материалы, помогающие разобраться в коллизиях детско-родительских отношений и найти выход не только в экстренных ситуациях, но и в ежедневных трудностях. Что делать если у подростка кардинально изменилось поведение? Как вести себя, если у ребенка произошел конфликт с учителем или одноклассниками? Как помочь ему справиться с переживаниями из-за несчастной любви, недовольства собственной внешностью или неудач в учебе? Советы психологов помогут вовремя распознать проблемы, и самое главное – подобрать подростку нужный инструмент поддержки. Ведь часто в кризисной ситуации не каждый может обратиться к папе, маме или бабушке, какими бы прекрасными ни были с ними отношения. В таком случае преодолеть проблему поможет звонок психологу или советы специалиста в статье на страницах сайта.

Разнообразные и полезные с практической точки зрения материалы для школьных психологов, педагогов и других заинтересованных специалистов в новой версии сайта представлены в разделе «Медиа». Видео и аудиоролики, записи прямых эфиров с российскими звездами и другие медиаматериалы, направленные на продвижение Телефона доверия и профилактику проблем, можно использовать в самостоятельной работе с любыми детскими коллективами.

Новшество на сайте Детского телефона доверия (ссылка <https://telefon-doveria.ru/>) много, но его суть, основная задача этого важного интернет-ресурса осталась неизменной. Он создан и работает для того, чтобы любой ребенок, подросток, любой родитель или близкий человек, участвующий в воспитании, в запутанной, трудной жизненной ситуации не остался с проблемами один на один. Чтобы каждый смог получить квалифицированную психологическую помощь, сделав буквально пару кликов.

## ДЕТСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ



**ВЫ МОЖЕТЕ ПОГОВОРИТЬ:**

- об отношениях с родителями и учителями...
- о дружбе и первой любви...
- о своей жизни и проблемах...
- о жестоком обращении с тобой и сверстниками...

# 8 800 2000 122

**НЕРАЗРЕШИМЫХ ПРОБЛЕМ НЕ БЫВАЕТ!**