

Помощь подросткам, попавшим в трудную жизненную ситуацию

С самого детства все мы мечтали стать взрослыми, независимыми и иметь право совершенно самостоятельно принимать решения. И вот сейчас, когда тебе 14 (или, может быть, 12 или 16?), кажется, что-то самое долгожданное время полной независимости уже совсем близко! Друзья, новые открытия и увлечения, отношения, любовь – все это захватывает, заставляет терять голову, думать, мечтать... Но в этом ярком круговороте то и дело возникают переживания и вопросы, которые оказываются не всегда такими простыми и безболезненными, как могло казаться раньше.



Как справиться с «неукротимым», взрослеющим телом, которое то и дело подкидывает не всегда приятные сюрпризы?

Как отстаивать свою точку зрения и не стать жертвой манипуляций других людей?

Как понять, то, что ты чувствуешь – любовь навсегда или временное увлечение?

Когда пора (и можно) переходить к «более серьезным» отношениям, а когда будет лучше остановиться?... Столько вопросов, на которые так непросто дать ответ!

На все эти и другие вопросы ты можешь найти ответы на сайте <http://www.teenslive.info/>. На динамичном, ярком, веселом, и в то же время, искреннем и иногда чуть-чуть серьезном сайте. Почти таком же, как ты и твоя жизнь.

Что ты можешь найти на сайте <http://www.teenslive.info/>:

- Небольшие **заметки-статьи** и **советы** на самые разные темы: любовь, отношения, секс, здоровье, секреты общения, увлечения и многом другом. Эти советы подготовили для тебя психологи – специалисты в вопросах человеческих отношений, а также самые добрые и понимающие врачи. Все это **собрано в разделе «Почитать»**. Кстати, в нем же ты найдешь ссылки на интересные сайты, а еще – важные телефоны, по которым можно позвонить в различных, в том числе критических ситуациях.

- В случае если статьи, которые есть в «**Почитать**», не подходят тебе, или же тебе просто хочется более детально разузнать что-то у специалистов, — смело **задавай свой вопрос в разделе «Спросить»**. Врачи и психологи, которые работают в специальных клиниках, дружественных к молодежи (а значит, действительно понимают и уважают проблемы молодых!), с удовольствием и в самые короткие сроки ответят на твой вопрос.

- Тебе хочется **поговорить с врачом или психологом** лично, и при этом иметь гарантию, что они не будут читать морали, а выслушают и

постараются помочь? Тогда **заходи в раздел «Найти»**, и найди ближайшую к тебе специальную клинику/врачей, которые работают с молодыми девушками и юношами, и куда можно обратиться в удобное для тебя время.

• А в разделе **«Узнать»** ты всегда можешь **отслеживать интересные мероприятия и события**, которые мы организуем, а также полезные и удивительные новости из мира молодых.

Если тебе срочно нужен совет, у тебя проблемы или ты попал или попала в сложную жизненную ситуацию и не знаешь, к кому обратиться, то срочно звони по телефону горячей линии в **России 8 800 2000 122**.

Специалисты постараются ответить на все твои вопросы и посоветуют, куда обратиться для дальнейшего решения проблемы.

Телефон доверия оказания психотерапевтической и психологической помощи людям, попавшим в кризисные ситуации, консультирование при сложных жизненных ситуациях в г. Сургуте **25-99-09 круглосуточно**.

Линия помощи "Дети онлайн"

Основные функции линии помощи:

1. Оказание психологической и практической помощи детям и подросткам, которые столкнулись с опасностью или негативной ситуацией во время пользования Интернетом или мобильной связью (виртуальное преследование, домогательство, грубость, шантаж, мошенничество, несанкционированный доступ к ПК, нежелательный контент и т.д.).

2. Консультирование родителей и педагогов по теме безопасного использования Интернета и мобильной связи детьми.

На линии помощи "Дети онлайн" работают профессиональные эксперты — психологи и технические специалисты. Работа ведётся при методической поддержке Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, Федерального института развития образования МОН РФ и Московского государственного технического университета им. Баумана.

Телефон **8 800 25-000-15** (звонок по России бесплатный)

Время работы: по будням, 9:00–18:00 (мск).

