



Телефон экстренной психологической помощи

Приложение № 1 к газете
«Без секрета всему свету...»

Как мы это понимаем

Человек не может быть один. В любом деле, особенно в трудном, ему нужна поддержка. Знай, что ты не одинок. Есть люди, которые могут помочь тебе профессионально разобраться в проблеме. Они нашли в себе силы отказать от предрассудков нашего общества, и обратиться за помощью к специалистам. Для этого существуют «телефон экстренной психологической помощи» или телефон «ДОВЕРИЯ».

АНОНИМНО и БЕСПЛАТНО
ОТ АВТОРОВ

Если тебе или твоим друзьям нужна помощь.

«телефон помощи» «психологическая помощь» «экстренная помощь»

34 – 8 – 88

ИТАК,

Если у вас появляются проблемы в любой из сфер жизни (тело, разум, эмоции, душа, отношения с людьми), и если Вы не можете справиться с этим – **ЗВОНИТЕ.**

✉ — Где можем получить помощь подростков, у которого проблемы с наркотиками?

— Подростку, имеющему проблемы с наркотиками, прежде всего требуется помощь родителей. Если еще нет зависимости от наркотиков, необходимо обратиться к психотерапевту (в поликлинике по месту жительства) или к психоневрологу в детской поликлинике, или к психологу в школе. Можно обратиться к частному психотерапевту, его услуги придется оплачивать. Медицинскую и наркологическую помощь, причем бесплатную, можно получить в наркологическом диспансере по месту жительства. Подростков в наркологическом диспансере на учет не ставят. Не стоит бояться этого, совсем необязательно тебя сразу положат в больницу. Если будешь постоянно наблюдаться врачом, обсуждать проблемы, принимать лекарства, следовать медицинским советам и рекомендациям, то сможешь продолжать нормальный образ жизни, учиться. Не следует только ожидать, что врач сразу избавит тебя от проблем на консультации. Часто приходится слышать от больных и их родственников: «Были у врача — и никакого толку». К сожалению, этот процесс трудный и длительный, и многое зависит от твоего старания помочь самому себе.

Можно позвонить на «Телефон доверия» и поговорить о своей проблеме, там посоветуют, куда именно можно обратиться за лечебной или психологической помощью в каждом конкретном случае. Можно обратиться в «Общество анонимных наркоманов», такие бесплатные организации существуют сейчас повсеместно. В главе Интернет-ресурсы этой книги найдешь их адреса.

