

# Конкурс Детского телефона доверия



Неделя информирования о Детском телефоне доверия — 2026

С 2 по 20 февраля 2026 года в соответствии с распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 года № 122-р и в рамках реализации «Плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства на период до 2027 года», Управление образования и молодежной политики города Бердска совместно с Центром психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи города Бердска проводят информационно-социальную кампанию «Неделя информирования о Детском телефоне доверия — 2026».

Цель кампании — информирование детей, подростков и их родителей о возможности получения экстренной, бесплатной и конфиденциальной психологической помощи по Детскому телефону доверия в городе Бердске.

В рамках реализации данной акции, объявлен конкурс видеороликов для учащихся школ города.

<iframe src="https://vk.com/video\_ext.php?oid=-235508896&id=456239019&hash=69ae2b03c8187708" width="640" height="360" frameborder="0" allowfullscreen="1" allow="autoplay; encrypted-media; fullscreen; picture-in-picture"></iframe>

Ссылка на просмотр видеороликов по тематике

[https://vk.com/video-235508896\\_456239025](https://vk.com/video-235508896_456239025)

Памятка для родителей подростков  
Слушать, чтобы понимать

Подростковый возраст — время быстрых изменений. Для подростка важно не только что говорят взрослые, но и как они слышат.

Почему это важно

- подросток учится говорить о переживаниях
- проверяет, можно ли доверять взрослому
- формирует собственное мнение
- отстаивает границы и самостоятельность

Как помочь сохранить контакт

- Слушайте до конца — не перебивайте, не торопите, не обесценивайте.
- Уточняйте вместо оценки: «Я правильно понял(а), что тебя это расстроило?»
- Не спешите с советами — иногда нужно не решение, а внимание.
- Не спорьте сразу — спор закрывает дверь.
- Разделяйте чувства и поступки — чувство важно признать.
- Дайте пространство для паузы — подросток сам приходит к смыслу.

Фразы, которые поддерживают

- ✓ «Я тебя слышу»
- ✓ «Мне важно, что ты говоришь»
- ✓ «Понимаю, что тебе непросто»
- ✓ «Давай подумаем вместе, если захочешь»

Фразы, закрывающие разговор

- ✗ «Не выдумывай»
- ✗ «Ты слишком остро реагируешь»
- ✗ «Когда я был(а) в твоём возрасте...»
- ✗ «Я лучше знаю»

Подростки закрываются не от слов, а от оценки и спешки. Слушание без ответа — это не слабость, а зрелая позиция взрослого.