

Підтримка психічного здоров'я багатьма мовами

Ви молода людина, яка перебуває в Канаді та потребує психологічної допомоги українською, російською, китайською чи арабською мовою або мовами пушту чи дарі? Ви можете зв'язатися з професійними консультантами служби Kids Help Phone, які володіють не лише англійською та французькою мовами, а ще й багатьма мовами, що перелічені вище, зателефонувавши за номером [1-800-668-6868](tel:1-800-668-6868).

Досить важко розповідати комусь про свої переживання, особливо нерідною мовою. Саме тому служба Kids Help Phone надає послуги телефонних консультацій багатьма мовами із залученням професійних перекладачів. Усе це безкоштовно, конфіденційно та доступно в Канаді 24/7. Називати себе не потрібно.

На цій сторінці можна дізнатися більше про наші консультаційні послуги, що ми надаємо телефоном багатьма мовами.

Важливе зауваження! Ми постійно створюємо нові пропозиції щодо надання послуг багатьма мовами. Наразі посилання та ресурси на цій сторінці доступні англійською та французькою мовами.

Чи можу я скористатися цією послугою?

Ця послуга доступна для всіх молодих людей, які перебувають у Канаді (незалежно від їхнього правового статусу). Це можуть бути біженці, приїжджі, тимчасові й постійні мешканці та інші молоді люди по всій Канаді, які хотіли б отримати психологічну підтримку українською, російською, китайською чи арабською мовою або мовою пушту чи дарі. Щоб отримати наші послуги, вам не потрібно повідомляти свою особу.

Чи доступна ця послуга дорослим?

Якщо ви звернетесь до служби Kids Help Phone по телефонні консультації як дорослий, ми допоможемо вам отримати необхідну підтримку. Ми можемо направити вас у службу підтримки дорослих через сайт [Wellness Together Canada](https://www.wellnesstogether.ca) або допомогти вам знайти служби підтримки, що надають послуги вашою мовою.

Хто буде моїм співрозмовником?

Наші послуги телефонних консультацій надають спеціалісти за посередництвом перекладачів з української, російської, китайської та арабської мов, а також мов пушту й дарі.

Funded by:



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Перекладачі вибираються випадковим чином із сотень перекладачів Канади та Сполучених Штатів. Вони професіонали й добре розуміють і перекладають сказане. Радимо вам регулярно робити паузи під час розмови, щоб перекладач встигав перекладати ваші слова, а консультант правильно їх зрозумів.

Під час розмови наші консультанти можуть вислухати вас, поставити запитання та допомогти вам визначитися з планом дій. Вони також можуть направити вас до інших програм і служб, представництва яких є поруч із вами (і де, можливо, послуги можуть надаватися ще й іншими мовами). Наші консультанти навчені застосовувати практики, орієнтовані на підтримку молоді з різних прошарків суспільства.

Про що можна говорити?

Ви можете звернутися в службу Kids Help Phone по допомогу у вирішенні будь-яких складних і незначних проблем. Ви можете обговорювати такі речі, як [тривожність](#), [депресія](#), [самотність](#), [стосунки](#), [знуцання](#), [жорстоке поводження](#), [проблеми в школі](#), [проблеми на роботі](#), [засмучення](#), [втрата](#), [расизм](#), [дискримінація](#) тощо.

Служба Kids Help Phone зробить усе можливе, щоб надати вам психологічну підтримку. Хоча ми не надаємо юридичні чи медичні консультації або особисті послуги, за вашим бажанням ми можемо направити вас до людей, які їх надають. За потреби ви можете телефонувати нам повторно. Під час кожного наступного дзвінка ви будете спілкуватися з іншим консультантом.

Як отримати доступ до послуг психологічної підтримки багатьма мовами?

Ви можете будь-коли зателефонувати в службу Kids Help Phone із будь-якого місця в Канаді, щоб отримати допомогу українською, російською, китайською або арабською мовою чи мовами пушту або дарі. Вам цікаво спробувати? Нижче описано, як це працює.

1. Зателефонуйте в службу Kids Help Phone за безкоштовним номером [1-800-668-6868](tel:1-800-668-6868).
2. Натисніть кнопку «3», щоб отримати психологічну підтримку українською, російською, китайською або арабською мовою чи мовами пушту або дарі.
3. Прослухайте вітання консультанта англійською.
4. Повідомте консультанту, якою мовою зі списку вище ви бажаєте спілкуватися.
5. Залишайтеся на лінії, оскільки консультант перемкнеться в режим утримання виклику, поки шукатиме перекладача.
6. Дотримуйтеся підказок консультанта / перекладача, щоб розпочати консультацію.

Можливо, вам доведеться трохи почекати розмови з консультантом. Час очікування може різнитися залежно від того, скільки людей нам телефонують. Протягом цього часу можете обміркувати, про що б ви хотіли поговорити з консультантом, або спробувати якісь [заходи із заспокоєння](#). Пам'ятайте, що консультант завжди намагатиметься відповісти на ваш дзвінок і якнайкраще допомогти вам.

Funded by:



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Як можна поділитися інформацією про цю послугу з іншими?

Ви можете викласти ці [рекламні матеріали](#) у своїй мережі, включаючи зображення для соціальних мереж!

Де можна отримати додаткову підтримку?

Програми й служби підтримки приїжджих, що пропонуються по всій Канаді, можна знайти за допомогою сервісу [Resources Around Me](#). Результати пошуку можна фільтрувати за мовою та громадами, для яких доступні відповідні послуги.

На нашому сайті також можна ознайомитися з порадами, інструментами, історіями для [приїжджих](#) та іншою інформацією, а також викласти це все у своїй мережі!

Як служба Kids Help Phone захищає конфіденційність інформації?

Служба Kids Help Phone прагне захищати конфіденційність вашої інформації. Ваша телефонна розмова з консультантом є конфіденційною та анонімною. Це означає, що наші консультанти не передаватимуть вашу інформацію нікому за межами служби Kids Help Phone, якщо тільки це не потрібно для забезпечення вашої безпеки або ви не надасте їм дозвіл на її розповсюдження. Ми зберігаємо лише ту інформацію, яка допомагає нам зрозуміти ваші потреби та покращити якість наших послуг, але ми ніколи не розкриваємо особисту інформацію про вас. Щоб дізнатися більше, ви можете ознайомитися з [політикою конфіденційності](#) нашої телефонної служби, де міститься інформація про обов'язок надавати звіти.

Funded by:



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada