

11. Если нужно, чтобы кто-то поговорил с вами, звоните 12356; несовершеннолетним и молодёжи — 12355; если нужен врач, запишитесь на амбулаторный приём по вопросам психического здоровья (в Китае)

Выгодность исходной версии: высокая

Доказательность В · исходная версия

для денег

бесплатно

мимоходом

без силы воли

Частично Китай

Аналог в России не найден

Искали в официальных российских источниках (проверено 08.10.2026), прямого аналога не нашли. Это не значит, что его нет. Китайские условия на Россию не переносите.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

Китай — исходная версия. Если хочется с кем-то поговорить, звоните 12356. Это общенациональная горячая линия психологической помощи Китая (全国心理援助热线), она бесплатная. Для несовершеннолетних и молодёжи также есть комплексная платформа обслуживания молодёжи 12355 (12355 青少年综合服务平台). Если нужен врач, запишитесь на амбулаторный приём по вопросам психического здоровья в отделении психиатрии, психологии или клинической психологии. Работники, отвечающие за отдельные участки местного сообщества, и социальные работники и так должны сами выявлять случаи тяжёлых перемен в семье, потери работы или прекращения учёбы.

Затраты

Китай — исходная версия. Бесплатно. Обе горячие линии бесплатные. На амбулаторный приём по вопросам психического здоровья записываются как на обычный амбулаторный приём.

Выгода

Китай — исходная версия. План 2026 года, принятый 25 ведомствами, включая Государственную комиссию по здравоохранению КНР (国家卫生健康委), требует

совершенствовать порядок работы горячей линии психологической помощи 12356 (12356 心理援助热线). Нужно обеспечить её стабильную работу и повысить долю звонков, на которые отвечают. Нужно содействовать созданию информационных платформ 12356 на уровне провинций. Нужно укреплять механизмы взаимодействия с сервисными горячими линиями, в том числе 110. Также нужно укреплять и эффективно использовать комплексную платформу обслуживания молодёжи 12355 (12355 青少年综合服务平台), обеспечивать её взаимодействие и совместную работу с 12356. К 2030 году поставлены три цели. Первая — не менее чем в 80% административных деревень и городских сообществ должны быть кабинеты психологического консультирования или социальной работы, предоставляющие психологические услуги. Вторая — государственные специализированные психиатрические больницы всех уровней и как минимум 1 больница в каждом уезде (районе) должны предоставлять амбулаторный приём по вопросам психического здоровья. Третья — в каждой провинции должна быть создана провинциальная платформа психологической помощи 12356. Команды по вмешательству при психологических кризисах и оказанию психологической помощи состоят из врачей-психиатров, специалистов по психотерапии, психологических консультантов, специалистов по социальной работе и добровольцев. План также требует, чтобы три категории людей обращали на это внимание в повседневной работе и выявляли проблемы раньше. Это работники, отвечающие за отдельные участки местного сообщества, специалисты по социальной работе и добровольцы. Они должны своевременно выявлять риски психологического кризиса, связанные с тяжёлыми переменами в семье, потерей работы, прекращением учёбы и другими обстоятельствами (по всему Китаю, выпущен в марте 2026 года).

Примечания

Китай — исходная версия. Оценка В дана потому, что в Китае консультационные кабинеты в деревнях и местных сообществах, а также амбулаторный приём по вопросам психического здоровья на уровне уездов — это цели, которые должны быть достигнуты лишь к 2030 году. Сейчас они есть не везде. А на 12356 и 12355 можно звонить уже сейчас. О времени запуска 12356 и продолжительности ежедневного приёма звонков см. раздел 1, пункт 25. Психологическое консультирование и психотерапия — не одно и то же. Ставить диагноз и назначать лекарства должен врач-психиатр, а лечение должно проводиться в медицинской организации с необходимой квалификацией. Предлагаемые на рынке

«исцеление» и «духовные консультации» с почасовой оплатой в эту систему не входят.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. 国家卫生健康委等 25 部门 (2026). 关于印发健全社会心理服务体系和危机干预机制实施方案的通知 (国卫医政发〔2026〕8 号) .

www.gov.cn/zhengce/zhengceku/202604/content_7065035.htm