***Телефон доверия***

**17 мая –  Международный день**[**Детского телефона доверия**](https://school92-tmn.ru/sites/default/files/kcfinder/files/%D0%98%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BE%20%D0%94%D0%B5%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BC%20%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%84%D0%BE%D0%BD%D0%B5%20%D0%94%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D1%80%D0%B8%D1%8F.pdf)

**Детский телефон доверия –**

**самый популярный и широко известный вид экстренной психологической помощи детям**

***История возникновения Телефона доверия***

            Первый такой Телефон появился в 1953 году как форма помощи людям в кризисном состоянии – как профилактика суицидов. Англичанин Чад Вара объявил свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не в состоянии справиться:  когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью. Он и не предполагал, что на него обрушится все время нарастающая лавина звонков. Несколько дней он справлялся с хлынувшими обращениями сам. Главное, что он понял за это время, – **все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи.** Вскоре он пришел к выводу, что в одиночку ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников. Из этой истории использования телефона для доступной помощи одних людей другим вскоре родилось всемирное движение людей, оказывающих эту помощь. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону. Это популярный и широко известный вид профессиональной психологической помощи.

***Как устроен Телефон Доверия***

          В Службе детского телефона доверия работают  специально обученные специалисты – психологи.   На некоторых Телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

         Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, **получить поддержку**, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.

         Телефон доверия **открыт для каждого человека**. В том числе и **для родителей**. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Основная идея состоит в том, что любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

        Человек может поделиться с консультантом Телефона Доверия **любой беспокоящей его проблемой,** особенно той, которую сложно обсудить с родными и знакомыми.

         Помощь на Телефоне доверия всегда **анонимна**. Позвонивший и консультант не должны сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения.

        Обращаясь на Телефон доверия, человек может **получить** интересующую его **информацию**.

        Каждый Телефон доверия работает в своем определенном режиме - **круглосуточно или по расписанию.**

***С какими вопросами можно обратиться на детский телефон доверия***

***Дети и подростки могут позвонить, если***

*- семья переехала в другой город, район (переживание расставания со старыми друзьями, одноклассниками, домом, привыкание к новой школе, новым людям, переживание отсутствия друзей первое время);*

*- если поссорился с друзьями;*

*- если ребенок (подросток) чувствует одиночество;*

*- если ребенок (подросток) чего-то боится;*

*- если не ладится в школе;*

*- если все время плохое настроение;*

*- если ребенок переживает развод родителей;*

*- если тяжело болен член семьи;*

*- если мучают и пугают мысли о смерти;*

*- и т.д.*

***Родители могут позвонить, если***

*- Ребенок не слушает родителя;*

*- Если ребенок плохо учится;*

*- Если родителей что-то беспокоит, тревожит в его поведении, настроении;*

*- Если не получается общаться без крика и угроз;*

*- Если в семье между ребенком и родителями участились ссоры и конфликты;*

*- Если нужно посоветоваться перед обсуждением с подростком какой-либо трудной ситуации в семье;*

*- Если кажется, что ребенок что-то скрывает, очень изменился;*

*- Если Вам просто плохо, и не хочется «срываться на близких» из-за собственного раздражения, т.е. надо быстро прийти в нормальное состояние.*

**ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ**

**ОКАЗЫВАЕТСЯ АНОНИМНО И БЕСПЛАТНО!**

***Общероссийский номер Службы детского телефона доверия***

***8-800-2000-122***