Всероссийская акция

Дети говорят телефону доверия «Да!»

17 мая – Международный день детского телефона доверия

- Первый телефон доверия появился в **1953 году** как помощь людям
- Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не могут справиться:
  - **когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью.**

- Он и не думал, что будет много звонков. Несколько дней он справлялся сам – отвечал всем людям.

- **Все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи.**
- Он пришел к выводу, что одному ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников.
- Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, которые помогают другим людям по телефону.
- Сейчас в мире существует целая **сеть служб экстренной помощи по телефону.**
- Помощь оказывается **бесплатно, анонимно** (никому не сообщается, кто звонил и зачем).

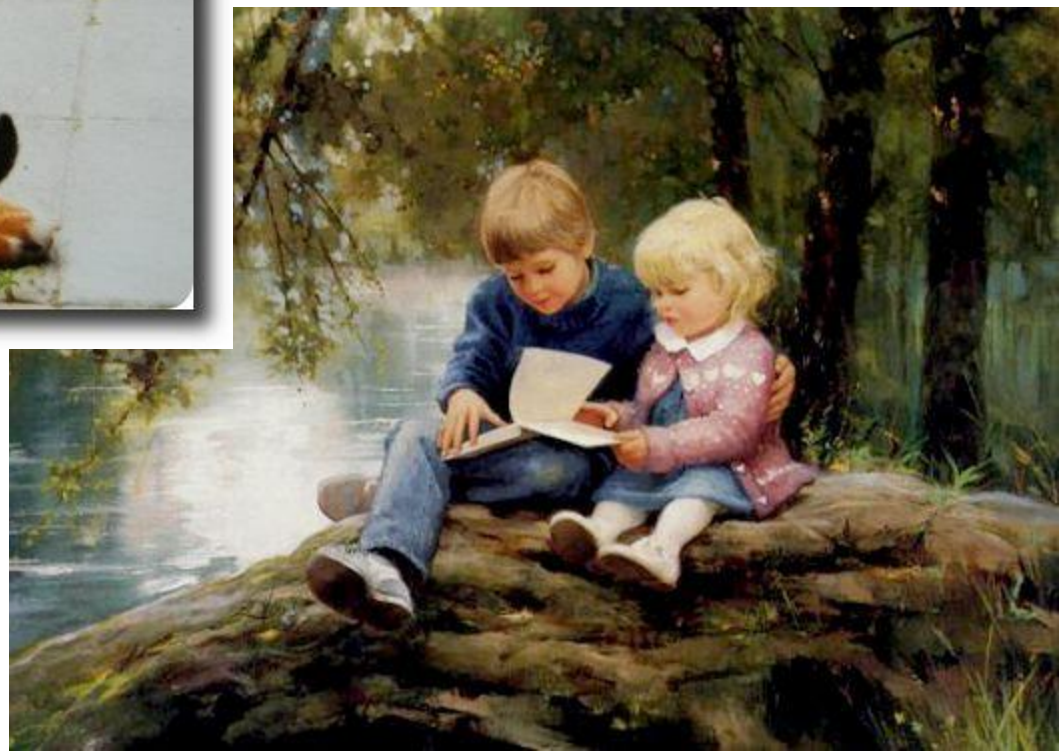
«Чем может помочь друг?»

- Что вы делаете, когда у вас плохое настроение?
- *(Слушаю музыку. Играю на компьютере. Читаю. Иду, куда глаза глядят…. Звоню другу)*

Что лучше: переживать одному или поделиться трудностями с кем-то?

КОГДА ПРИДЕТ БЕДА
настоящий друг поможет ее преодолеть...
demotivation.me

- Чего бы ты ожидал от друга, когда у тебя плохое настроение?



Что ты как друг можешь сделать в следующей ситуации:

- - Если твоего друга постоянно обижает и высмеивает в школе один его одноклассник?
- - Если твой друг считает, что у него «трудные родители»?

Что ты как друг можешь сделать в следующей ситуации:

- - Если твой друг поссорился со своей девушкой (твоя подруга поссорилась со своим парнем)?
- - Если твоего друга преследуют и вымогают у него деньги неизвестные парни?

Что из этого списка вам кажется самым важным?

- *Возможные ответы:*
- *- что-то посоветовать*
- *- рассказать о похожем случае*
- *- выслушать*
- *- в отличие от некоторых взрослых не говорить, что сам виноват*
- *- ободрить*
- *- отвлечь, рассказать что-то веселое*

«Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»

- Чад Вара, организовавший первый телефон доверия и другие люди, которые многие годы поддерживают других людей считают:
- что хороший консультант на телефоне доверия выходит из
- **дружелюбного** человека
- **(= любит дружбу)**

«Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»

- не осуждает других,
- больше выслушивает, чем советует
- допускает, что при определенных обстоятельствах подобная трудная ситуация могла приключиться и с ним
- терпелив
- заинтересован в другом человеке
- разговаривает без всякой снисходительности, на равных

- Согласитесь, это не простой набор качеств. Не все друзья умеют так поддерживать и выслушивать – они ведь тоже этому пока еще учатся, как и вы. В этом нет вины друзей. Просто в некоторых случаях им трудно придумать, как помочь.
- Поэтому вскоре вслед за взрослыми Телефонами доверия, стали организовывать **Телефоны доверия для детей.**

«Как устроен Телефон Доверия?»

- На телефонах доверия работают специально обученные специалисты - **психологи.**
- На некоторых Телефонах доверия могут работать даже **подростки,** которые прошли специальное обучение – туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наболевшем со сверстником, чем со взрослым.

«Как устроен Телефон Доверия?»

- Телефон Доверия помогает человеку, который пережил какие-нибудь трудности, **получить поддержку**, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги: **что делать?**

«Как устроен Телефон Доверия?»

- Телефон доверия **открыт для каждого человека**.
- Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего.
- Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

«Как устроен Телефон Доверия?»

- Помощь на Телефоне Доверия всегда **анонимна**.
- Если не хотят, позвонивший и консультант могут не сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения.

«Как устроен Телефон Доверия?»

- Человек может поделиться с консультантом Телефона Доверия **любой беспокоящей его проблемой.**

«Как устроен Телефон Доверия?»

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

Какие вопросы можно задавать?

- - Как вызвать симпатию человека, который тебе нравится?
- - Что делать, если родители не разрешают дружить с кем-то?
- Вопросы о том, что тебя беспокоит.

SAVE OUR SOULS • СПАСИТЕ НАШИ ДУШИ

«Как устроен Телефон Доверия?»

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

8·800·2000·122

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

Телефон Доверия

8 800 2000 122

8 800 350 25 25

(ЗВОНКИ БЕСПЛАТНО)

Чем Телефон доверия может вам помочь?

- выговориться, разобраться, снять напряжение;
- получить психологическую консультацию;
- получить информацию по волнующим вас вопросам;
- передать сведения специалисту (о факте жестокого обращения).

Детский телефон доверия часто используется для консультирования по сложным темам, обсуждение которых в личной беседе могло бы быть затруднительным: межличностные отношения, употребление наркотиков, преступления и др.

Принципы работы службы «Телефон доверия»

- Доступность
- Анонимность
- Доверительность
- Конфиденциальность

Каждый позвонивший вправе не называть своего имени и фамилии или может выбрать себе псевдоним.

А также может быть уверен, что разговор останется строго между ним и специалистом.

Поэтому собеседнику можно довериться полностью, а это, в свою очередь, делает консультацию более эффективной и позволяет найти лучшее решение проблемы.

Конфиденциальную помощь.

- Консультанты телефоны доверия **не имеют права разглашать любую личную информацию,** которую сообщает им абонент. Существует стандартная регистрация звонков и сбор общих данных (пол, возраст клиентов с какой ситуацией обратился, и так далее). Консультант может обсудить звонок с другим сотрудником той же службы, но вне стен организации это запрещено.

Анонимную помощь.

- Консультанты в своей работе придерживаются принципа анонимности, вы имеете право:
- - не говорить свое имя, либо можете назвать любое другое имя;
- - место нахождения (там, где вы находитесь, откуда звоните) – телефон без определителя номера.

Бесплатную помощь.

- С любых стационарных, мобильных, домашних телефонов - ваш звонок будет бесплатным.

Доступную помощь.

- В течение всего дня, все двадцать четыре часа в сутки вас готовы выслушать и оказать консультативную помощь. Не думайте, что ночным звонком можете потревожить консультанта, каждый звонок для нас важен.

Возможность выговориться.

- В жизни нам редко предоставляется случай рассказать о своих проблемах, когда нас не перебивают, не стремятся поставить «диагноз», помогают сформулировать мысли и дают понять, что не осуждают и полностью принимают нас такими, какие мы есть. Позвонив на телефон доверия, вы получаете такую возможность

Помощь в поиске решения.

- Каждый, кто переживал состояние психологического стресса, знает, что в этот момент создается ощущение «полной безнадеги», невозможно успокоиться, сосредоточится, принять решение и начать действовать. Консультанты помогут Вам «взять себя в руки», постараться разобраться в сложившейся ситуации и, таким образом, помочь самому себе.

- На Телефонах 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

8 -800 -2000 -122

8 -800 -350- 25 -25

(ЗВОНКИ БЕСПЛАТНО)

Можешь поделиться с консультантом Телефона Доверия **любой беспокоящей тебя проблемой.**