

## Детский телефон доверия. 8-800-2000-122. Доверие. Защита. Помощь.

Очень важным в жизни каждого ребенка является ощущение защищенности и нужности, эта потребность касается особенно детей попавших в трудную жизненную ситуацию. Ребенок остался один на один со своими проблемами, ему некому рассказать о своих чувствах и ощущениях, он не хочет рассказать о своих трудностях родителям, друзьям. Когда возникает чувство отчаяния, страха, боли, и не у кого спросить совета, на помощь могут прийти специалисты «Детского телефона доверия», которые бесплатно и анонимно оказывают экстренную психологическую помощь. Суть такой помощи – способствовать профилактике семейного неблагополучия, стрессовых и суицидальных настроений детей и подростков, защите их прав и укреплению семьи. Специалисты помогают абонентам разобраться в себе, мобилизовать собственные ресурсы для выхода из кризисной ситуации. В последнее время дети всё чаще обращаются за помощью. У каждого ребенка разные проблемы. Иногда маленькие дети просто звонят и рассказывают, что остались дома одни и им страшно. Или, например, они просто не решаются познакомиться с новым другом или вручить девочке в подарок открытку или шоколадку. Ближе к подростковому возрасту появляется недовольство своей внешностью. У детей ощущение, что никто из окружающих не способен их понять, волнение за успеваемость в школе. Дети часто жалуются на учителей, друзей или родителей, любая ситуация может оказаться для них значимой.

Позвонив по детскому телефону доверия, ребенок или подросток может поделиться со специалистом на другом конце провода абсолютно любой волнующей его проблемой. Это могут быть сложности в отношениях с родителями или сверстниками, плохие отметки в школе, разнообразные страхи, переживания из-за неудач, ссоры с другом или подругой, эмоциональные трудности во время первой любви, необходимость получить помощь в вопросах полового воспитания. Бывают случаи, когда по телефону доверия звонят дети, желающие рассказать о жестоком обращении со стороны родителей или посторонних, совершенном сексуальном или психологическом насилии.

Каждый звонящий должен понимать, что на том конце провода находится специалист, который способен оказать реальную помощь. А не назвать проблему пустяковой или высмеять её. Часто случается, что довериться незнакомому человеку оказывается проще, чем родителям или близким друзьям. И в каждом случае работники службы поддержки готовы помочь ребенку, родителю или учителю прояснить ситуацию и найти решение проблемы. Специалисты, работающие на детском телефоне доверия, имеют очень высокий уровень квалификации. Как правило, у них есть дополнительное образование, помимо основного, а также опыт очного консультирования. В такой работе важно каждое слово и даже интонация. Не все звонки поступают с жалобами на оценки или друга, которые чем-то не поделился. Иногда специалисты сталкиваются с реальным насилием или с попытками суицида. В таких случаях специалисты стараются открыть личность звонящего и оказать помощь уже в действительности.

Часто обращаются по детскому телефону доверия и родители, столкнувшиеся со сложностями в процессе воспитания ребенка или не могущие найти взаимопонимания со своими детьми. Опытные психологи готовы оказывать помощь любому члену семьи, вне зависимости от того, с какой проблемой к ним обращаются. Единый телефон доверия поможет также мамам и папам, которые не знают, как правильно отвечать на вопросы своего ребенка и как вести себя с ним в определенных ситуациях.

Каждый звонящий может быть уверен, что разговаривать с ним будет настоящий специалист и что помощь, оказанная по телефону, будет очень полезной и обязательно поможет в жизни.

Если вы попали в сложную ситуацию, столкнулись с невозможностью решить какие-либо проблемы в семейных отношениях или отношениях со сверстниками, стали жертвой физического, сексуального или психологического насилия, не держите все в себе!

Всего один звонок на единый детский телефон доверия 8-800-2000-122 – и вы получите консультацию со стороны квалифицированного специалиста, который подскажет, что нужно делать в вашей ситуации, поможет снять психическое напряжение и окажет психологическую помощь по любому вопросу. И все это с соблюдением полной анонимности, конфиденциальности и абсолютно бесплатно.

Также вы можете с вопросами обратиться в районную психолого-педагогическую службу, которая находится по адресу: пос.ж/д ст. Высокая Гора, ул.Школьная, дом 29. Тел. 88436523049.

Социальный педагог Инсия Гилязиева