

## Что такое телефон доверия?

Многие из детей порой не знают, как поступить в той или иной сложной жизненной ситуации, к кому обратиться за помощью, поддержкой. Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Иногда о своих проблемах можно рассказать друзьям, но бывают такие ситуации, когда не хочется делиться с близкими, тогда есть возможность позвонить по телефону доверия и рассказать о своих чувствах и проблемах.

**Телефон доверия** - бесплатная анонимная служба экстренной психологической помощи детям и родителям по телефону. Она играет важную роль в решении задач по выявлению и профилактике детского неблагополучия, нарушений прав детей, жестокого обращения с ними.

## История возникновения

**Впервые** психологическую помощь по телефону начали оказывать 105 лет назад, в Нью-Йорке. В 1906 году священник Гарри Уоррен основал лигу «Спасите жизнь». В задачи лиги входило оказание моральной и психологической помощи людям по телефону. Основателем службы, которая стала прообразом современных телефонов доверия, был

англиканский священник Чад Вара. Впоследствии службы телефонной помощи возникли в большинстве европейских столиц.

**В сентябре 2010 года** Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, совместно с субъектами Российской Федерации введен единый общероссийский номер детского телефона доверия **8-800-2000-122**. В настоящее время к нему подключено 230 организаций во всех субъектах Российской Федерации.

Ежегодно **17 мая** во всем мире отмечается **Международный день детского телефона доверия**. Это день, когда внимание широкой общественности привлечено к необходимости усиления мер по защите детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, и помощи им. Инициатива отмечать этот день принадлежит Международному объединению детских телефонов доверия (Child Helpline International), которое официально признано Комитетом по правам ребенка ООН и включает в себя представительства более 150 стран мира.

При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую

помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключенных к единому общероссийскому номеру.

**В нашей стране работает свыше 230 служб** общероссийского номера детского телефона доверия, которые ежегодно принимают более миллиона звонков.



## Зачем нужен телефон доверия?

**Детский телефон доверия нужен для того, чтобы:**

- оказывать помощь в разрешении конфликтов в семье и школе, учебных и личных проблем;
- поддерживать детей и родителей в разрешении внутрисемейных проблем;
- информировать людей о способах и средствах преодоления жизненных трудностей;
- помогать снижать внутреннее напряжение людей, развивать их способность понимать свое состояние и управлять им.

**Детский телефон доверия дает возможность получить своевременную помощь в трудной ситуации.**

## Принципы работы Детского телефона доверия

1. Ни абонент, ни консультант не обязаны называть себя, сообщать свои личные данные; у консультанта часто бывает псевдоним, абонент может называться любым именем или вообще не сообщать его, телефонный номер абонента не фиксируется.

2. Содержание беседы не записывается, и не передается другим людям.

3. Уважение к каждому позвонившему как к личности.

4. Консультантом является человек, который может помочь детям и взрослым решить их проблемы.

**По каким вопросам можно обратиться к специалисту Детского телефона доверия?**

- Когда больше не хочется никого видеть и ни с кем общаться.
- Попал в безвыходную ситуацию.
- Обидели в школе (на улице, дома).
- Когда не знаешь, как вести себя в тех или иных ситуациях.
- Ссора с другом (подругой); как быть дальше?
- Произошел конфликт с кем-то из старших, и в связи с этим тревога не покидает тебя.
- Родители не понимают, и ты не знаешь, как себя с ними вести и заслужить их уважение и понимание.
- В школе проблема с учителями.

- Очень нравится девочка или мальчик, и ты не знаешь, как привлечь ее (его) внимание.

- Друг курит (употребляет алкоголь или наркотики); как помочь ему избавиться от этой зависимости? К кому обратиться за помощью?

- Какую профессию выбрать и кем стать в будущем?

По этим и по многим другим волнующим вас вопросам можно обратиться к специалистам Детского телефона доверия.

**Если Вам плохо,  
если Вам нужна поддержка -  
звоните по Телефону доверия:**

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

**КРУГЛОСУТОЧНО**

**БЕСПЛАТНО**

**АНОНИМНО**

Государственное бюджетное  
учреждение  
«Центр помощи детям»



**Детский телефон  
доверия**

