Дорогой друг!

В жизни каждого из нас бывают ситуации, с которыми сложно справиться в одиночку:

- если ты не знаешь, как поступить

- если тебе кажется, что тебя не понимают

- если тебя обидели в школе или дома или ты оказался в какой то иной сложной ситуации

У тебя есть возможность поделиться своими переживаниями и найти ответы на важные вопросы, позвонив по **ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ**

**8-800-2000-122**



Телефон доверия – важный инструмент, а иногда единственный, к которому может прибегнуть ребенок, чтобы рассказать о сложной ситуации.

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





**Педагог-психолог:** Хадырова Ф.М.

**Адрес: п.Затеречный, ул. Коммунальная д. 17**

Телефон: 8(86558) 2-48-93

Эл. почта: detdom-23@yandex.ru

ГБОУ «Центр психолого-педагогической, медицинской, социальной помощи семье и детям «Рука в руке»

**Детский телефон доверия**

****

**2022г.**

***Немного истории***

Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в кризисном состоянии, в том числе как профилактика суицидов. Англичанин Чал 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 в состоянии справиться: когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью. Он не предполагал, что на него обрушится лавина звонков. Несколько дней он справлялся с 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. Так родилось всемирное движение людей, оказывающих помощь другим людям по телефону.

***Что нужно знать, прежде чем звонить по телефону доверия?***

Самое главное это то, что по ту сторону телефонного кабеля вас услышит живой человек, который может посочувствовать, посоветовать, но уж никак не решить за тебя твои же проблемы.

*С этим ты должен справиться самостоятельно, и у тебя все получится!*

Телефон доверия создан для того, чтобы в трудную минуту ты не был одинок, чтобы тебя поддержали, выслушали, помогли разобраться в себе. Ведь рассказать о проблеме – это уже быть на полпути к ее решению: ты сможешь найти новые варианты, которые почему то пока не приходят в голову. Может быть, все не так уж плохо, как тебе кажется?



***Основные правила работы детского телефона доверия:***

* **Анонимность** – ты не обязан называть себя, передавать свои личные данные. Можешь представиться любым именем. Твой телефонный номер не фиксируется.
* **Конфиденциальность** – наш разговор не записывается и никому не передаётся.
* **Толерантность** – психолог с уважением отнесётся к тебе и твоей проблеме.
* **Свобода разговора** – ты можешь в любой момент прервать разговор.

Детский телефон доверия создан для того, чтобы ребенок в трудных для него ситуациях мог обратиться за помощью, обсудить свои проблемы, посоветоваться.