

ЧТО ТАКОЕ "ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ"



У каждого из нас бывают ситуации, когда нам на душе тяжело, а разговора с подружкой, другом, мамой недостаточно или более того, он нежелателен из-за того, что вопрос очень интимный и деликатный. Как быть? Конечно, можно пойти привычным путем и замкнуться в себе, но можно и просто поднять трубку и набрать номер "телефона доверия".

По своей сути "телефон доверия" - служба, оказывающая экстренную психологическую помощь людям, находящимся в кризисном состоянии. Один из главных принципов его работы - безусловное внимание к позвонившему, чуткость и безоценочность. Часто звонящий человек не в силах до конца уяснить, в чем суть проблемы, он видит только верхушку айсберга, но не может разобраться в причинах. Специалисты, используя методы ведения беседы, подводят абонента к тому, что он начинает размышлять о причинах появления проблемы, начинает понимать, что может сделать именно он, чтобы изменить ситуацию.

На телефоне доверия работают те с кем можно поговорить, и кто умеет слушать других.

Проблемы, с которыми обращаются люди, отражают все конфликты современного общества и во всем мире практически одни и те же. Эти проблемы не зависят ни от образования, ни от страны, ни от климата, ни от материального или социального положения.

Первое - это отношения с друзьями, близкими, коллегами, семейные отношения, проблемы в воспитании детей.

Второе - ощущение собственного одиночества.

Бывают звонки личностные, когда человек пытается разобраться в себе, найти свою цель в жизни…

Обращаются те, кто переживает потерю близкого человека, подвергся физическому насилию, участвовал в боевых действиях. Одни из самых сложных для консультанта звонков - это обращения людей, задумавших самоубийство.

Есть обращения, связанные с сексуальными проблемами. Много звонков от инвалидов и от пожилых людей. Часто эти люди становятся нашими постоянными абонентами, потому что их круг общения ограничен и телефон для них - это порой единственная связь с миром.

Телефон доверия старается быть открытым для каждого. Благодаря телефону доверия каждый человек имеет возможность:

|  |
| --- |
| · Поговорить с консультантом и быть в полной уверенности, что это  останется в тайне; |
| · Установить контакт с человеком, которому он (она) сможет полностью  довериться в беседе,  будучи уверенным в полном внимании к себе; |
| ·  Быть принятым как личность в целом, со всеми своими переживаниями,  проблемами и желаниями; |
| · Свободно выражать свои чувства и мысли, не подвергаясь оценке и  давлению, особенно идеологическому; |
| · Получить помощь в том, чтобы отступить от переживаемого и принять  ответственность на себя; |
| · Найти людей, которые могли бы, не прибегая к прямому вмешательству,  помочь ему выйти из  изоляции и вернуться к нормальной жизни. |

17 мая - Международный день детского телефона доверия, который призван привлечь внимание широкой общественности к необходимости усиления мер по защите детей в трудной жизненной ситуации и помощи им. Инициатива отмечать этот день в России принадлежит Национальному фонду защиты детей от жестокого обращения, создавшего в 2007 году Российскую ассоциацию детских телефонов доверия.

Детский телефон доверия в России - зачастую единственный инструмент, к которому может прибегнуть ребенок, чтобы рассказать о сложной ситуации, в которую он попал по вине взрослых, считает уполномоченный при президенте РФ по правам ребенка Павел Астахов.

В 2010 году  в рамках Общенациональной информационной  кампании по противодействию жестокому  обращению с детьми Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, был создан единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей под номером 8-800-2000-122.

При звонке на эти номера в любом населенном пункте со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь. Конфиденциальность и бесплатность - основные принципы работы детского телефона.Детский телефон доверия – это бесплатная анонимная служба экстренной психологической помощи детям и подросткам по телефону, играющая важную роль в выявлении и профилактике детского неблагополучия, нарушений прав детей, жестокого обращения с ними.