

## Общероссийский детский телефон доверия 8-800-2000-122

У любого родителя может возникнуть проблема в воспитании ребенка и лучше обсудить ее со специалистом.

Ваш ребенок Вас не слушает и устраивает истерики? Ребенок не хочет ходить в школу и целыми днями играет в компьютерные игры? Ваш ребенок-подросток замкнулся и перестал Вам доверять? Ваша дочь попала в «группы смерти»?

Получить квалифицированную помощь психолога можно совершенно бесплатно и анонимно по телефону доверия для детей, подростков и их родителей 8-800-2000-122. Ваш родительский авторитет никто не поставит под сомнение, и никто не будет говорить, что вы плохой родитель. Специалисты Детского телефона доверия выслушают вас и предложат помощь в решении той или иной проблемы, возможно – подскажут, куда вы можете обратиться за очной консультацией по месту жительства. Они подскажут, как наладить отношения с ребенком, как вернуть доверие в вашу семью.

Детский телефон доверия гарантирует полную анонимность: психологам не нужно знать ни вашего имени, ни адреса, где вы живете. Также у специалистов детского телефона доверия нет определителя номера, разговоры не записываются, вам гарантируется полная конфиденциальность. Никто никогда не узнает о вашем звонке. И разговор любой длительности будет бесплатным для вас.

У вашего ребенка проблем не меньше, чем у вас, но справляться с ними он пока еще не умеет. У него обязательно появляются проблемы во взаимоотношениях со сверстниками – друзьями и противоположным полом – потому что он дружит, ссорится, влюбляется... Он почти всегда недоволен своей внешностью. Он переживает, что вы, родители, его не всегда понимаете, излишне опекаете или наоборот, не проявляете интереса к его жизни, не разделяете его интересов. Развод родителей он переживает как крушение привычной жизни, а рождение младшего ребенка – как свидетельство что «его разлюбили». В третьем классе он боится получить двойку, потому что не хочет вас расстраивать или опасается наказаний. В выпускных классах он страшится ГИА и ЕГЭ, потому что боится не оправдать ваших ожиданий. Есть подростки, которые чувствуют себя одинокими, и этим пользуются организаторы «групп смерти», склоняя их к суициду. Есть проблемы, которые ребенок не может обсудить ни с вами, ни со своими друзьями. Подскажите ему, что он всегда может обратиться за помощью и советом к психологу по телефону 8-800-2000-122. Над ним никто не будет смеяться, его никто не будет осуждать. Он может представиться вымышленным именем или рассказать историю «о своем друге». Главное, что ему объяснят, что из любой ситуации есть выход, а нерешаемых проблем нет, и удержат от непоправимых шагов. Не верьте, что дети звонят с жалобами на родителей, они ищут помощи, чтобы наладить отношения с самими близкими и дорогими для них людьми. И психологи помогут найти нужные слова.

Более 7 миллионов детей, подростков и их родителей уже позвонили на детский телефон доверия 8-800-2000-122 и получили помощь и поддержку.

Единый общероссийский номер детского телефона доверия 8-800-2000-122 введен Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, совместно с субъектами Российской Федерации в 2010 году. Это единственная в стране доступная анонимная бесплатная служба экстренной психологической помощи по телефону.

Сегодня к единому номеру подключено 228 организаций в 83 субъектах Российской Федерации. При наборе 8-800-2000-122 в любом населенном пункте происходит автоматическая переадресация телефонного звонка на номер службы психологической помощи в том регионе, в котором зарегистрирован телефонный номер абонента. Звонок из любой точки России бесплатный вне зависимости от длительности разговора, телефонный трафик оплачивается Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Консультации оказывают квалифицированные

специалисты, регулярно повышающие квалификацию, проходящие дополнительное обучение.

Основной задачей телефона доверия является оказание детям, подросткам, родителям экстренной консультативно-психологической помощи. Консультирование направлено на разрешение конфликтов между родителями и детьми и укрепление детско-родительских отношений, а также на улучшение отношений подростков со сверстниками, снятие стресса из-за экзаменов, предотвращение суицидальных настроений.

Количество обращений на телефон доверия доказывает его востребованность. За период с 1 сентября 2010 г. по 30 июля 2017 г. на детский телефон доверия поступило более 7 миллионов обращений, в том числе: 59% – от детей и подростков, 12% – от родителей детей и подростков, 29% – от иных граждан.

Более подробную информацию об общероссийском детском телефоне доверия можно получить на сайте «Детский телефон доверия» ([www.telefon-doveria.ru](http://www.telefon-doveria.ru)). Сайт позволяет не только ознакомиться с перечнем самых часто задаваемых вопросов, но и прочитать подробные ответы психологов. На сайте функционирует «чат с психологом».