

Памятка родителям «Телефон доверия - шаг к безопасности ребенка!»

УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!

Расскажите ребенку о том, что для него работает служба **ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**, куда он может обратиться за советом и получить квалифицированную психологическую помощь. **Занесите номер 8-800-2000-122 в мобильный телефон ребенка**



ЗВОНКИ СО ВСЕХ МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ БЕСПЛАТНО

Уважаемые родители! В жизни каждого человека бывают радости и огорчения. Вы как родители по возможности стараетесь оградить ваших детей от проблем и жизненных трудностей. Но поверьте, что и у детей случаются сильные волнения и переживания. То, что взрослым может казаться незначительным и обыденным, для детей может оказаться настоящей трагедией. Вы даже можете и не догадываетесь о том, сколько и каких поводов для переживаний возникает у детей. Что-то они могут обсудить с друзьями и одноклассниками, что-то готовы обсудить с родителями или учителями. Но иногда случаются такие ситуации, когда дети не знают, как правильно поступить, чтобы выйти из сложившейся ситуации без особых последствий для себя: насмешек, наказаний, упреков.

Конечно, каждый родитель уверен, что его ребенок должен в первую очередь рассказать о своих переживаниях родителям, но дети не всегда уверены в этом и могут поступить не так, как вам хотелось бы. Иногда дети боятся последствий своих откровений, иногда они просто щадят чувства своих родителей.

Специально, чтобы помочь детям в таких непростых ситуациях была создана служба детского телефона доверия.

Каждый ребенок может позвонить по телефону 8-800-2000-122 и рассказать о своих переживаниях, чувствах, проблемах.

Звонить можно круглосуточно. Звонок бесплатный с любого телефона (стационарного или мобильного). Детский телефон доверия создан, чтобы ребенок в трудных для него ситуациях мог обратиться за помощью, обсудить свои проблемы, посоветоваться.

Дети (подростки) могут обратиться к консультантам Детского телефона доверия если:

- обидели в школе (на улице, дома);
- произошли конфликты с учителями, родителями, другом или подругой;
- ребенок думает, что вы - родители его не понимаете, и он не знает, как с вами себя вести и заслужить ваше уважение и понимание;
- получил в школе двойку и боится идти домой;
- семья переехала в другой город, район (переживание расставания со старыми друзьями, одноклассниками, домом);
- всё время плохое настроение;
- ребенок переживает развод родителей;

Профессиональные психологи, работающие на телефоне доверия, оценят эмоциональное состояние ребенка, помогут снять напряжение, установить доверительный контакт с окружающими его взрослыми, посоветует, как лучше поступить в трудной ситуации.

Специалисты службы телефона доверия принимают звонки не только от детей, но и от взрослых, которые испытывают трудности в общении с детьми. Воспитание детей – это сложная наука. Даже, несмотря на богатый жизненный опыт родителей, дети иногда могут, ставит вас в тупик. Поэтому можно позвонить на номер телефона доверия и рассказать о своей проблеме совершенно постороннему для вас человеку, который, как правило, имеет психологическое образование или достаточно большой педагогический стаж работы. При разговоре не обязательно представляться, рассказывать о том, где вы проживаете, в каком образовательном учреждении учится ваш ребенок.

Ваш звонок носит анонимный характер, звонить можно круглосуточно и бесплатно.

Родители могут позвонить на «телефон доверия», если:

- отсутствует взаимопонимание с ребёнком;
- нужно лучше понять ребёнка, мотивы его поведения;
- ребёнок стал неуравновешенным, скрытным, рассеянным;
- ребёнок не уверен в себе, у него проблемы во взаимоотношениях со сверстниками;
- появились подозрения в употреблении подростком наркотиков, алкоголя и табака
- стораживает поведение ребенка – его грубость, раздражительность, агрессивность, конфликтность;
- ребёнок не хочет ходить в школу;

Если вы чувствуете, что не можете справиться с навалившимися проблемами, не отчаивайтесь – позвоните по общероссийскому номеру детского телефона доверия 8 –800- 2000 – 122 и помните, что консультанты телефона доверия работают специально для вас и ваших детей, и в любую минуту готовы поддержать и помочь Вам!

Горячие линии

8-800-222-34-17 горячая линия по вопросам урегулирования конфликтов в школе, медиации и примирения в образовательных организациях

8-800-2000-122 Всероссийский номер детского телефона доверия: психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей

8 (800) 444-22-32 Горячая линия по оказанию помощи родителям в рамках национального проекта «Образование» оказывается психолого педагогическая, методическая и консультативная помощь родителям, а также гражданам, желающим принять ребенка на воспитание в семью.

8–800–200-19-10 Телефонная линия «Ребенок в опасности»

Следственного комитета РФ: дети, их родители, а также все неравнодушные

граждане, обладающие информацией о совершенном или готовящемся преступлении против несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут позвонить по бесплатному круглосуточному номеру телефона.

8-800-600-31-14 Горячая кризисная линия для оказания психологической помощи несовершеннолетним и их родителям (законным представителям) на базе Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования ФГБОУ ВО МГППУ. Целью работы круглосуточной линии является работа с кризисным состоянием детей, родителей и других обратившихся с кризисной проблематикой обращений.

8-800-250-00-15 Горячая линия «Дети Онлайн». Консультирование взрослых по вопросам: как оградить детей от негативного контента, преследования, шантажа, домогательства в Интернете.

8 (499) 216-50-50 Горячая линия Центра экстренной психологической помощи МЧС России. Психологическое консультирование взрослых по различным вопросам: острые кризисные ситуации, вопросы личностного развития, семейные или профессиональные проблемы.

Единый номер спасения: 112. Центр экстренной психологической помощи МЧС России. Оказание экстренной психологической помощи населению, пострадавшему при чрезвычайных ситуациях. Оказание экстренной психологической помощи осуществляется в ходе проведения эвакуации пострадавших, в пунктах временного размещения, при сопровождении массовых и траурных мероприятий, в том числе при проведении процедуры опознания.

Региональные горячие линии

8-800-550-65-86 круглосуточный телефон доверия отделения «Кризисный центр» ГУЗ «Тюльская областная областная клиническая психиатрическая больница № 1 им. Н.П. Каменева»;

8-800-100-21-82 линия психологической помощи для детей, студентов и родителей Центра психолого-педагогической, методической и консультационной помощи родителям ТГПУ им. Л.Н.

8 (4872) 56-46-36 круглосуточный телефон экстренной психологической помощи ГУ ТО «СМФЦ «Мой Семейный Центр»
129 единый номер помощи семье и детям ГУ ТО «СМФЦ «Мой Семейный Центр»