**О Детском телефоне доверия**

****

Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей

8-800-2000-122 заработал 1 сентября 2010 года.

Кто был первый абонент – ребенок или взрослый? Что беспокоило его в тот момент? Этого мы рассказывать не будем: конфиденциальность изначально была главным условием работы службы экстренной психологической помощи, созданной по инициативе Фонда поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Одно можно сказать точно: на том конце провода позвонивший услышал в ответ голос человека, который реально готов выслушать и помочь.

**Принципы работы единого федерального номера телефона доверия для детей, подростков и их родителей**

* набираете номер
* происходит определение региона, из которого звонят
* звонок переадресуется в службу вашего региона
* если линия занята, звонок переадресуется во вторую службу этого региона и т.д., пока не ответит психолог

В службе телефона доверия работают прошедшие специальную подготовку психологи-консультанты.

Их главная задача — снять остроту психоэмоционального напряжения, переживаний, которые испытывает звонящий в данный момент, и уберечь юного или взрослого собеседника от опрометчивых и опасных поступков.

* вместе с абонентом проанализировать ситуацию
* выявить ее причины
* подсказать алгоритмы выхода из сложившегося положения
* мотивировать человека на то, чтобы он сам постарался решить проблему

Общение с психологом абсолютно анонимно: называть свое имя, фамилию адрес никто не потребует, cчета за разговор, каким бы длительным он не получился, не последует — звонок с любого мобильного или стационарного телефона бесплатный.

**В настоящее время к единому номеру 8-800-2000-122 подключены 210 служб. В 79 регионах Телефон доверия работает круглосуточно.**

Детский телефон доверия работает ради того, чтобы дети, их родители, да и просто люди, неравнодушные к беде живущего рядом ребенка, могли вовремя получить помощь профессионального психолога.

**"Детский телефон доверия" - для детей и родителей**

***[](https://слово-народа.рф/images/stories/2022/6/189.JPG)Часто родители не могут выстроить взаимоотношения с детьми. Подростки не слушают и не принимают во внимание их мнение. Родители хотят, чтобы в школе и дома дети были «удобными», во всем слушались взрослых.***  
***Как найти путь к бесконфликтной дисциплине?***

Узнать о правилах семейной жизни могут родители, позвонив на детский телефон доверия с единым общероссийским номером 8-800-2000-122. А для наших читателей несколько советов от руководителя службы ДТД Аллы Волоховой  
Родителям может показаться неожиданным тот факт, что детям нужны порядок и правила поведения в семье. Правила и разумный распорядок дают ребенку чувство безопасности, уверенности. И если по этому поводу у них существуют проблемы, то, скорее всего, дело не в самих правилах, а в способах их «внедрения».   
Правила:   
1. Правила обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.   
2. Взрослые должны согласовать правила между собой. Даже если одни родитель не согласен с требованиями другого, лучше в эту минуту промолчать, а потом уже без ребенка обсудить разногласия.   
3. При наказании ребенка лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохо.   
4. Дайте ребенку свободу. Необходимо свыкнуться с мыслью, что ребенок уже вырос. Непослушание – это своего рода стремление выйти из -под родительской опеки.   
5. Никаких нотаций. Больше всего подростков раздражают нудные родительские нравоучения. Нужно изменить стиль общения, перейти на спокойный, вежливый тон и отказаться от категорических оценок.   
6. Не надо обижать. Прекращая ссору, не нужно стремиться сделать больно ребенку с помощью язвительный замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок учится у родителей.   
При составлении или изменении правил в семье следует помнить о том, что:   
- запреты, ограничения должны быть четко сформулированы;   
-соответствовать возрасту ребенка (и его опыту);   
- ограничение должно быть выполненным.   
Всякое отклонение в поведении — это крик о помощи!   
Причины отклонения в поведении детей:   
1. Борьба за внимание.   
Если ребенок не получает внимания, которое ему необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит способ его получить через непослушание.   
2. Борьба за самоутверждение.   
Это борьба против чрезмерной родительской власти и опеки.   
3. Желание отомстить.   
Дети бывают часто обижены на родителей, например, если родители развелись или родители уделяют больше внимания младшему ребенку в семье. В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности все те же протесты и непослушание.   
4. Потеря веры в собственный успех.   
  
Рекомендации родителям:   
- Будьте одновременно тверды и добры. Взрослый должен быть дружелюбным и не выступать в роли судьи.   
- Выстраивайте позитивные отношения между вами и ребенком. Беседуйте с ребёнком дружелюбно, демонстрируя тоном уважение к ребенку как к личности.   
- Контроль над ним требует особого внимания взрослых. Ответный гнев редко приводит к успеху.   
- Изменение поведения требует практики и терпения.   
- Важно взаимное уважение. Взрослый должен демонстрировать доверие к ребенку и уверенность в нем.   
***Возникли проблемы во взаимоотношениях с детьми? Позвоните на «Детский телефон доверия» с единым общероссийским номером   
8 – 800 – 2000 – 122. Круглосуточно, анонимно и бесплатно.***