

## **ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЯМ ПО ДЕТСКОМУ ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ**

Часто дети попадают в незнакомые ситуации: кто-то стучит в дверь – надо ли открывать? Мамы давно нет дома – что делать? Ребенок обиделся на родителей, ушел из дома и теперь не знает, что делать. Дети всегда очень болезненно воспринимают семейные разлады, но зачастую не знают, с кем можно посоветоваться, а ближе, чем родители, людей у них нет. Для ребенка иногда очень важно вступить в контакт с взрослым, который может помочь и не является человеком из его близкого окружения. Позвонив в подобных ситуациях на детский телефон доверия, ребенок сможет не только получить эмоциональную поддержку от специалиста, но также и обрести уверенность и готовность получать такую поддержку и от своих родителей.

На детский телефон доверия могут звонить также и сами родители, которых беспокоят вопросы взаимоотношения со своими детьми, сохранения их здоровья. Переживая за своих детей, мы часто пытаемся скрыть от них свою тревогу, пытаюсь тем самым защитить их от излишнего напряжения. Дети, в свою очередь, заботятся о маме, не говоря о своих переживаниях. Тем самым напряжение только нарастает и может проявить себя в опасных, а порой и разрушительных для здоровья и отношений формах. В такие моменты для родителей характерны чувства растерянности и беспомощности и они просто не владеют информацией о том, как взаимодействовать с детьми в чрезвычайных ситуациях. **Специалисты Службы телефона доверия окажут эмоциональную поддержку и помощь родителям в нахождении способов психологической помощи детям, пережившим травмирующие события, и в восстановлении нормальной повседневной жизни семьи и образовательного процесса для ребёнка.**

### **Итак, с какими проблемами можно обратиться на Телефон доверия?**

§ Трудности родителей во взаимоотношениях с ребенком: непослушание, упрямство, агрессивность, воровство.

§ Личные трудности ребенка, когда ребенок слишком застенчив, у него есть страхи, ему трудно общаться со сверстниками. Конфликты в классе с учащимися и педагогами.

§ Особые, кризисные ситуации. К ним относятся смерть одного из членов семьи, развод родителей; появление нового члена семьи; поступление в детский сад или в школу; серьезная болезнь ребенка; насилие по отношению к самому ребенку или у него на глазах.

§ Проблемы подросткового и юношеского возраста: самоопределение, отношения с партнером, одиночество, различные формы зависимостей.

**Единый номер телефона доверия для детей, подростков и их родителей - 8-800-2000-122.** Звонок на этот номер с любого телефона (как городского, так и мобильного) – **бесплатный и анонимный** для жителей всей страны.