



Не всеми проблемами можно поделиться с близкими и родными, возможно, что близкий и родной человек в данный момент занят или вне зоны действия сети. Есть такие ситуации, когда нужно проконсультироваться с психологом, но на консультацию идти страшно. Что делать? Кто сможет помочь?

Бывает, что человек испытывает тоску, душевную боль, обиду, безысходность, когда проблема кажется неразрешимой. Мысли путаются, близкие не понимают, и в такой ситуации не знаешь, куда и к кому лучше обратиться за помощью. В таких ситуациях может помочь «телефон доверия».

Телефон доверия - это форма психологической помощи детям и их родителям, которая предоставляет возможность анонимного телефонного разговора с квалифицированным педагогом-психологом. Данная служба в России возникла 7 июня 1991 г. и за последние несколько лет "телефоны доверия" становятся все более распространенным явлением в социально-психологической культуре нашей страны.

Принципами «телефона доверия» являются: во-первых - это анонимность, звонящий может не называть своего имени, также он может придумать себе псевдоним; во-вторых - конфиденциальность, о данном разговоре и его содержимом ни кто не будет знать, кроме консультанта и звонящего; в-третьих, звонящий может в любую минуту закончить, прервать разговор, для этого достаточно положить трубку; в-четвертых - это круглосуточная работа «телефона доверия», можно позвонить в любое время дня и ночи. Данные принципы позволяют, звонящему, возможность почувствовать себя свободным в изложении личных проблем и обращаться в данную службу, когда понадобится из любого удобного местоположения.

Обращаться на «телефон доверия» можно с различными вопросами и проблемами, например: семейными проблемами (взаимоотношения с родителями, детьми), по вопросам требующие защиты прав ребенка, с проблемами в отношениях со сверстниками, учебными и школьными вопросами, с проблемами адаптации, по вопросам принятия себя, проблемами взаимоотношения полов, по вопросам здоровья и т.д. Так же, на «телефон доверия» может позвонить каждый: не важен возраст, национальность, пол, состояние здоровья звонящего.

На территории всей Свердловской области работает в настоящее время бесплатная линия «телефона доверия» 8-800-2000-122. «Телефон доверия» дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.