

В рамках Акции «Детям о телефоне доверия», мы хотим познакомить вас с историей создания телефона доверия 📞

Точкой отсчета по праву считается весна 1906 года, когда священника Гарри Уоррена разбудил телефонный звонок.

«Умоляю о встрече, у меня безвыходная ситуация», — услышал он из телефонной трубки и ответил:

«Завтра церковь открыта с самого утра». Наутро святой отец узнал, что звонивший ушел из жизни.

Потрясенный случившимся, священник дал объявление в газете: «Перед тем как уйти из жизни, звоните мне в любое время суток». 📰

В разных странах службы психологической помощи по телефону называются по-разному: в Испании — «Надежда», в Германии — «Духовная Помощь», в Швейцарии — «Протянутая Рука», в Австралии — «Линия Жизни», в США работают «Кризисные Линии», «Горячие Линии» и другие.

В России закрепилось название «Телефон Доверия». В настоящее время во многих крупных и малых городах России работают в Общей сложности около 220-ти линий Телефона Доверия. Их объединяет Российская Ассоциация Телефонов Экстренной Психологической Помощи (РАТЭПП).

Телефон доверия чрезвычайно полезен, и его можно определить, как неотложную психопрофилактическую помощь, предназначенную для экстренного использования в случаях, не терпящих отлагательств. Он обеспечивает лицам, находящимся в критической ситуации, немедленную связь по телефону с понимающим слушателем, владеющим особой техникой работы по телефону.

Вот две реальные истории об обращении людей в телефон доверия 🙌

Алла Александровна, 32 года.

- Моя дочь Катя, которой скоро будет 12 лет, посещает музыкальную школу. Ей осталось учиться 2 года, а потом Катя получит свидетельство.

Катя позвонила мне на работу и сказала, что после обычной школы пойдет на ежегодный экзамен в музыкальную школу, а вечером позвонила и радостным голосом сообщила, что сдала экзамен на 4.

Через 3 дня мне на сотовый телефон позвонила учитель из музыкальной школы и сказала, что Катя уже 2 недели не посещает школу и не пришла на

экзамен. Кроме этого, я позвонила классному руководителю в обычную школу, чтобы узнать как успехи дочери, но классный руководитель сказала, что Катя все время опаздывает, а вчера не пришла на два первых урока. Я испытала растерянность, злость!.. Хотела сразу отпроситься с работы, приехать домой и разобраться с Катей, чтобы она навсегда запомнила, что нельзя обманывать родителей и что учеба – это её долг! Этим я поделилась с коллегой, у которой дочь уже совсем взрослая, а она посоветовала мне позвонить на телефон доверия по номеру 8 800 2000 122. Я позвонила и, если честно, думала, что, высказавшись, меня будут критиковать.

Женщина, которая взяла трубку, не стала меня критиковать за мысли о «ремне», а поинтересовалась, чья вообще была инициатива, чтобы дочь посещала музыкальную школу. Я ответила, что моя, потому что я всегда так хотела играть на пианино... И вдруг я вспомнила, что дочь всегда жаловалась на отсутствие интереса к музыкальной школе...

А еще я посоветовалась, как мне построить беседу с Катей, чтобы она поняла о запрете обманывать меня и чтобы мое разрешение не посещать больше музыкальную школу не выглядело так, как будто я пошла у ребенка на поводу...

После разговора по телефону я ощутила поддержку и желание изменить что-то в себе и свое отношение к дочке. Я звонила еще несколько раз на телефон доверия и советовалась после каждой беседы с дочерью.

Сейчас доченька посещает обычную школу без опозданий и прогулов, начала проявлять интерес к рисованию...

Рома, 8 лет.

3 месяца назад у Ромы умерла бабушка, которая жила вместе с ним в одной комнате. После смерти бабушки Рома боялся оставаться один и в темноте. И ему было стыдно говорить об этом. Рома набрал номер 8 800 2000 122 с домашнего телефона, когда дома никого не было. Этот номер на календарике дали ему на улице, когда он гулял.

- Телефон доверия Вас слушает, здравствуйте!

- Здравствуйте, ну... знаете... у меня тут такое дело...

- Рассказывай, а как тебя зовут?

- Рома.

- Ромочка, по-моему у тебя такой грустный голос, что-то произошло?

- Да, знаете, мне страшно, но не всегда... А только ночью... в комнате...

Бабушки нет теперь и кровать пустая... (Детский плач.)

- Ты боишься и не знаешь что делать?

- Да, мне плохо, я ведь мужчина... мне не должно быть страшно!

Консультант предложил ребенку закрыть глаза и почувствовать, в какой части тела прячется его страх.

- В сердце, наверное... у меня руки мокрыми становятся...

- А хочешь, я тебе открою тайну супергероя ...

- Да!

- Мы заключим с тобой контракт, как взрослые, но ты не должен ее рассказывать более, чем 3 друзьям, иначе весь ритуал потеряет свое волшебство. Согласен?

- Ага!

- Вечером нужно заварить чай. Выпить перед тем, как пойдешь в свою комнату готовиться ко сну. Перед порогом комнаты нужно прислушаться к себе - пошло ли тепло по телу. С теплом мышцы наливаются силой, сердце - отвагой, а душа - умением справляться с любой ситуацией. Нужно проговорить: «Я чувствую свою силу, я владею собой, сила супергероя со мной!»...

- Хорошо. А потом я еще позвоню?..

- Конечно, я буду ждать твоего звонка, Рома.

Звонок через 3 недели:

- Телефон доверия Вас слушает, здравствуйте!

- Это я, супергерой! (Детский смех.)

- Я слушаю тебя, отважный!

- Помогло! У меня стало получаться... Спасибо!

Дорогие друзья, мы желаем, чтобы в вашей жизни было как можно меньше кризисных моментов!

Но если такие случаются, вы и ваши дети должны знать, куда можно обратиться👍



8-800-2000-122

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

АНОНИМНО

БЕСПЛАТНО

КРУГЛОСУТОЧНО