

# КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



## «Телефон доверия»–

это служба, которая оказывает населению экстренную психологическую помощь по телефону. Она считается одной из форм психопрофилактической работы, социально-терапевтической и консультативной помощи, адресованной лицам, находящимся в кризисных состояниях. Телефонное консультирование в настоящее время получило признание во всем мире, оно активно развивается и совершенствуется.

### **Психологическая помощь по телефону имеет ряд преимуществ:**

- 1) она круглосуточно доступна для населения, а обращение по телефону возможно при отсутствии возможности или желания встретиться с консультантом лично;
- 2) консультации по ТД бесплатны;
- 3) обеспечивается анонимность и гарантируется конфиденциальность общения как для абонента, так и для консультанта;
- 4) часто психотерапевтический характер телефонной помощи является неявным, что повышает чувство безопасности и самооценку абонентов;
- 5) формируется откровенно-доверительный характер общения способствует аффективному реагированию, катарсису, что уменьшает чувство тревоги, а также повышает эффективность психотерапевтического эффекта беседы;

ТД предназначен главным образом для того, чтобы испытывающий трудности человек мог найти собеседника, избавиться от возникшего эмоционального напряжения, поделиться своими переживаниями, получить поддержку для изменения своего тягостного, непереносимого эмоционального состояния. Разговор с консультантом позволяет абонентам не остаться один на один со своими переживаниями.

Телефонная служба доверия предлагает ограниченную во времени, мгновенно доступную поддержку любому из тех, кто одинок, отчаялся, переживает стресс или близок к самоубийству. Психологическая помощь по телефону является одной из самых сложных областей психологической практики и имеет свои особенности в отличие от очного консультирования.

Говоря о специфике консультирования посредством телефона доверия можно выделить следующие отличительные признаки дистантной психологической помощи:

- отсутствие предварительной подготовки к звонку, в связи с тем, что нуждающиеся в такой помощи могут позвонить в любой момент и обратиться с самыми разнообразными проблемами, поэтому консультант должен находиться в состоянии готовности постоянно;
- консультант лишен невербальной информации, что значительно затрудняет работу с абонентом;
- время беседы с клиентом ограничено (исключением могут быть звонки абонентов с суицидальной направленностью);
- необходимость полностью контролировать контакт, так как абонент может в любой момент прервать разговор и больше не звонить;
- высокая интенсивность и эмоциональная насыщенность работы консультанта

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

Единый общероссийский  
номер на помощь детям

**“ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ”**

Тел. **8-800-2000-122**  
Звонок осуществляется бесплатно  
с любых телефонов!



Главная задача Детских телефонов доверия, которые существуют - работать на благо детей, нуждающихся во внимании и защите. По телефону доверия дети могут обсудить свои проблемы.

Консультации по телефонам доверия проводят психологи, в том числе педагоги-психологи, социальные педагоги и другие специалисты по социальной работе, юрисконсульты, медицинские работники.



**БЕСПЛАТНО**

**ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ**

**8-800-2000-122**

для детей, подростков  
и их родителей

**ПОСТУПНО**

**АНОНИМНО**

**БЕЗВЫХОДНЫХ СИТУАЦИЙ НЕ БЫВАЕТ!**