

Телефон доверия. Для кого и зачем?

Большинство людей на свете испытали однажды душевную боль, тоску, обиду, безысходность, когда проблема кажется неразрешимой. В такие моменты просто не знаешь куда, к кому обратиться за помощью. Близкие люди иногда не понимают, у них нет времени выслушать или они просто далеко. Да и не с каждой проблемой пойдешь к маме или позвонишь подружке. Именно в таких случаях может поддержать «телефон доверия».

Кто на другом конце провода? В нашем Центре по телефону доверия вам ответят психологи. Можете быть уверены – это специалисты. Мы готовы поддержать вас. Мы консультируем, оказываем поддержку, в критические моменты делаем все, чтобы вам стало хоть немного легче. Возможно, вы не получите однозначного рецепта или совета, но с нашей помощью, вы сможете почувствовать, что это не жизненный тупик, что есть смысл искать и находить выход.

С чем чаще обращаются? Обычно поводом для обращения становятся отношения в семье. Сейчас в России насилие в семье приобрело немалые масштабы. В различных формах и проявлениях насилие, к сожалению, часто встречающееся явление, и тут помощи от людей, которые должны помогать и поддерживать, ждать не приходится. Насилие – это не только бытовая поножовщина и избивание более слабого члена семьи, это использование силы с целью установить власть в семье и тотальный контроль. Люди, подвергшиеся насилию, чаще всего не знают, как им поступить и куда обратиться, «телефон доверия» для многих из них становится спасением. На втором месте стоят вопросы, касающиеся здоровья – психического и физического. Третье место занимают звонки от детей. Это дети, подвергшиеся насилию в семье или пострадавшие от жестокого обращения более взрослых ребят. В правоохранительные органы редко кто обращается из-за страха или недоверия. Маленьким гражданам нужен взгляд на проблему взрослого и понимающего человека.

Что вы получите, набрав номер «телефона доверия»?! Во-первых, живое общение, «свободные уши», которые слушают вас внимательно. На другом конце провода наши специалисты, которые в этот момент думают о вас, вашей проблеме и готовы ждать, пока вы выскажитесь, пока соберетесь «с духом». Во-вторых, специалисты знают, что вы сможете, что справитесь, что все изменится, что есть те, кто станут вашей опорой. Также у нас есть база контактов. Специалисты готовы предоставить информацию и номер телефона как «скорой помощи», так и наркологического диспансера. В-третьих, вам не нужно стесняться, скрывать какие-то детали. **Ваше обращение останется бесплатным и анонимным**, вы можете не стыдиться собственных чувств. В-четвертых - это всегда

быстрая помощь, если у вас нет возможности встретиться лично с психологом. Имейте в виду **«Телефон доверия» – это спасительная таблетка, начало решения проблемы.** После обращения, вы сможете без лишней тревожности и напряжения начать искать путь для выхода из ситуации. Устранять причину обращения все равно придется вам. Но всегда гораздо легче это сделать, зная, что Вы не одиноки!

Обратиться на Линию помощи можно:

- по телефону 52-57-92 (с 9.00 до 18.00 с понедельника по пятницу)

При звонке на этот номер со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители могут получить экстренную психологическую помощь.

Квалифицированные специалисты готовы помочь в разрешении трудностей, возникающих в школе, на улице и дома. Психологи проконсультируют по вопросам детско-родительских и детско-детских отношений, межличностных конфликтов и другим проблемам.

*Психолог МБУ «Комплексный центр социального обслуживания населения г.Белгорода»
Чернева Олеся Евгеньевна*