

## Информация о работе детского телефона доверия

В сентябре 2010 года Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (далее – Фонд), совместно с субъектами Российской Федерации введен единый общероссийский номер детского телефона доверия – **8-800-2000-122**. В настоящее время к нему подключено более 230 организаций во всех субъектах Российской Федерации.



При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб, подключенных к единому общероссийскому номеру.

Конфиденциальность и бесплатность – два основных принципа работы детского телефона доверия. Это означает, что можно получить психологическую помощь анонимно и бесплатно и тайна обращения гарантируется.

Цель такой помощи – способствовать профилактике семейного неблагополучия, стрессовых и суицидальных настроений детей и подростков, защите прав детей и укреплению семьи.

Мероприятие по обеспечению деятельности детского телефона доверия включено в План мероприятий на 2015-2017 годы по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы, утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 5 февраля 2015 г. № 167-р (пункт 57).

Обеспечение деятельности детского телефона доверия осуществляется в рамках подписанных между Фондом и субъектами Российской Федерации [соглашений об обеспечении деятельности детского телефона доверия \(служб экстренной психологической помощи\) с единым общероссийским телефонным номером.](#)

Что такое «Телефон доверия». В настоящее время призывы позвонить на телефон доверия встречаются на каждом шагу. Порою трудно решить, какой именно номер телефона набрать в сложной жизненной ситуации...

«Телефон доверия» нередко путают с «телефоном горячей линии», который является чрезвычайно популярной формой социального взаимодействия и обеспечивает прямую связь со специалистом по конкретному запросу.

«Телефон горячей линии» всегда открывают для граждан в случае стихийных бедствий, катастроф, терактов и чрезвычайных происшествий. «Телефон горячей линии» часто открывают: для административных служб по вопросам социальной защиты населения; по правовым и административным вопросам; как колл-центры коммерческих организаций с единым номером для всех городов; как рекламную акцию частной организации...и так далее.

Если у вас возникла кризисная ситуация, появились проблемы в воспитании детей или случаи проявления насилия в семье, то вы можете задать вопросы руководителям учреждений, психологам, педагогам, социальным педагогам и другим специалистам учреждений социального обслуживания семьи и детей города Тулы по телефонам:

8(4872) 41- 09-50	Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних №1 г. Тулы
8(4872) 40-52-60	Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних №2 г. Тулы
8(4872) 30-97-78	Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних №3 г. Тулы
8(4872) 26-44-60	Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей г. Тулы
8(4872) 34-69-20	Тульский городской центр социального обслуживания населения №3
8(4872) 30-97-78	Кризисный центр помощи женщинам г. Тулы

«Телефон доверия» - это служба, которая оказывает населению экстренную психологическую помощь по телефону.

«Телефон доверия» обычно необходим для того, чтобы испытывающий эмоциональную остроту кризисной ситуации человек имел возможность обратиться к внимательному, принимающему и понимающему собеседнику, мог избавиться от возникшего эмоционального напряжения, поделиться своими переживаниями, трудностями, и получить поддержку для изменения своего тягостного, непереносимого эмоционального состояния.

Разговор с консультантом позволяет многим не остаться один на один со своими чувствами.

Звонок на телефон доверия должен быть анонимным, бесплатным и, как правило, доступным круглосуточно.

В соответствии с постановлением Минтруда и социального развития РФ от 19 июля 2000 г. № 54, «Телефон доверия» обеспечивает:

- доступную и своевременную психологическую помощь по телефону для граждан независимо от их социального статуса и места жительства;
- возможность доверительного диалога каждому гражданину, обратившемуся за помощью по телефону;
- психологическое консультирование по телефону, то есть оказание помощи абонентам в мобилизации их творческих, интеллектуальных, личностных, духовных и физических ресурсов для выхода из кризисного состояния;
- психологическую поддержку в расширении диапазона социально и лично приемлемых средств абонента для самостоятельного решения возникших проблем, преодоления имеющихся трудностей, укрепления уверенности в себе;
- при необходимости - направление абонентов в соответствующие организации, учреждения, где их запросы могут быть удовлетворены более полно и квалифицировано, т.е. оказание справочно-информационной помощи.

### **ЕСЛИ В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ:**

- ты стал более обидчивым и раздражительным по пустякам;
- ты видишь в твоей жизни больше плохого, чем хорошего;
- ты чувствуешь враждебность к людям, к которым раньше относился хорошо;
- тебе кажется, что жизнь зашла в тупик, твое будущее представляется тебе безнадежным и бесперспективным;
- ты уверен, что ты никому не нужен, никто тебе не поможет, и никто не позаботится о тебе...

Ты можешь обратиться за помощью в  
городскую телефонную экстренную психологическую службу по телефону 26-67-38,

районные психологические центры по телефонам: 41-10-90, 33-21-52, 47-59-09,

телефоны доверия - 49-03-02; 49-02-00

Валеологический центр - Галкина, 17, 47-31-01

Мир ЭГО, психологический центр - 9 Мая, 1, 25-19-30

"Подруга", Тульский региональный центр поддержки женщин и семьи - Дм.Ульянова, 5, 27-15-11

"Помощь", Тульский областной центр службы практической психологии системы образования - Буденного, 50а, 31-22-53

Центр психологического консультирования - проспект Ленина, 65, 8(920)745-10-77

Центр психологической помощи и консультирования - Красноармейский пр., д. 25., оф. 602-б, 602-в , +7 (915) 780-41-78; +7 (915) 688-39-49

"Шанс", центр социально-психологической помощи - Галкина , 31а, 49-88-19

Также по бесплатному номеру [8-800-2000-122](tel:8-800-2000-122) или войти на сайт [www.Telefondoveria](http://www.Telefondoveria) и получить необходимую психологическую помощь.

При губернаторе Тульской области введена государственная должность уполномоченного по правам ребенка.

Ее занимает [Щербакова Инна Анатольевна](#), к которой Вы можете обратиться *по телефону*: [+7 \(4872\) 56 52 45](tel:+7(4872)565245), [+7 \(4872\) 30-68-70](tel:+7(4872)306870), *по адресу*: 300041 г. Тула, пр-т Ленина, 2; *E-mail*: [tula@rfdeti.ru](mailto:tula@rfdeti.ru) ; *Web-сайт*: <http://tula.rfdeti.ru>

Основными задачами уполномоченного по правам ребенка являются:

- обеспечение гарантий государственной защиты прав и законных интересов ребенка, восстановление нарушенных прав ребенка;
- правовое просвещение населения по вопросам реализации прав и законных интересов ребенка;
- осуществление приема граждан, рассмотрение обращений, касающихся фактов нарушения прав и законных интересов ребенка, жалоб граждан на решения или действия (бездействие) органов государственной власти Тульской области, органов местного самоуправления в Тульской области, их должностных лиц, организаций независимо от их организационно-правовых форм и форм собственности, нарушающих права и законные интересы ребенка;
- принятие в пределах своей компетенции мер к урегулированию споров между детьми и их родителями (законными представителями), а также между детьми, их родителями (законными представителями) и органами

государственной власти Тульской области, органами местного самоуправления в Тульской области, их должностными лицами, организациями, действия которых обжалуются.

32-80-71 телефон горячей линии приемной Президента Российской Федерации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Режим работы приемной Президента Российской Федерации: понедельник, среда, пятница: 10.00 - 13.00 вторник, четверг: 15.00 - 18.00

По результатам социологического исследования, проведенного Всероссийским центром изучения общественного мнения (ВЦИОМ) по заказу Фонда издана [брошюра «Эффективность деятельности служб детского телефона доверия с единым общероссийским номером \(служб экстренной психологической помощи\) в субъектах Российской Федерации»](#) Электронная версия брошюры размещена на сайте Фонда в разделе «Библиотека».

**Контактная информация:**

Горохова Татьяна Кирилловна – [tkgorokhova@fond-detyam.ru](mailto:tkgorokhova@fond-detyam.ru);

Кулакова Наталья Владимировна - [nvkulakova@fond-detyam.ru](mailto:nvkulakova@fond-detyam.ru); телефон: (495) 374-53-06, доб.124; факс: (495) 606-75-18.

**Позвонить можно с городского телефона или по сотовому телефону**

***Внимание! Если на счету телефона нет денег - звонок не пройдет.***

***За звонок на телефон доверия операторы сотовой связи не снимают деньги.***

**На телефоне доверия дежурят опытные консультанты, которые окажут Вам психологическую поддержку и помощь в трудной жизненной ситуации или подскажут, куда можно обратиться с Вашей проблемой, и какие именно специалисты наиболее эффективно помогут Вам её разрешить.**

**На телефон доверия можно обратиться с любой проблемой, в любой ситуации и в любом возрасте. Вы имеете право на любые чувства.**

**Если Вы растеряны, расстроены, обижены, испуганы, не можете самостоятельно справиться со своими чувствами, выйти из стресса или не знаете, как поступить в данной ситуации - позвоните на телефон доверия!**

**Вас всегда поймут и протянут Вам дружескую руку помощи!**

## Старшеклассникам, учащимся начальных и средних образовательных учреждений

В Туле и Тульской области работает телефон доверия для детей, подростков и их родителей, запомните его

**8-800-200-0122**

Звонок бесплатный с любого телефона, сотового или городского. Если на счету телефона нет денег, звонок не состоится.

Трубку снимет консультант телефона доверия – это специально обученный психолог. Консультант спросит имя и возраст абонента, потому что должен вести журнал учета звонков. Это безопасно, можно назвать любое имя.

Телефон доверия (далее ТД) оказывает круглосуточную психологическую помощь человеку любого возраста с любой личностной проблемой. Если помощь в разрешении данной проблемы не входит в компетенцию психолога, консультант посоветует, куда именно обратиться за адресной помощью - служба телефона доверия оказывает информационную поддержку абоненту.

Звонок на телефон доверия **анонимный и конфиденциальный**.

Это значит, что то, о чем Вы будете говорить по телефону доверия, никто посторонний не услышит и не узнает, можно откровенно говорить обо всём, что Вас беспокоит.

**ВАЖНО!!!** Очень важно понимать, что занимать линию телефона доверия розыгрышами и хулиганством нельзя, ведь в это же самое время помощь консультанта может спасти кому-нибудь жизнь – доступность телефона доверия для профилактики суицидов неоценима.

Звонок на телефон доверия анонимный, но предусматривает защиту и безопасность консультанта: если тот услышит ругань или оскорбления, то может нажать **тревожную кнопку** – и телефон хулигана отследит служба безопасности.

Телефон доверия оказывает экстренную психологическую помощь по телефону и необходим для того, чтобы испытывающий эмоциональную боль в кризисной ситуации человек имел возможность обратиться к внимательному, принимающему и понимающему собеседнику, мог избавиться от возникшего эмоционального напряжения, поделиться своими переживаниями, трудностями, и получить поддержку для изменения своего тягостного, непереносимого эмоционального состояния. Разговор с

консультантом позволяет многим не остаться один на один со своими чувствами.

Анализ работы телефона доверия показал, что обращения молодежи касаются разнообразных проблем: взаимоотношений с родителями и другими родственниками; межличностных взаимоотношений; взаимоотношений с лицами противоположного пола; самооценки и принятия себя как личности; затруднений в учебной деятельности; разочарований, затруднений в выборе профессиональной деятельности или вектора обучения... экзистенциальных и многих других личностных проблем. Воспользуйтесь профессиональными услугами телефона доверия. Вы не одиноки – позвоните на телефон доверия!

### **Студентам, молодежной аудитории**

Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в рамках общенациональной информационной кампании по противодействию жестокому обращению, организовал службу единого детского телефона доверия 8-800-2000-122 для детей, подростков и их родителей на территории Российской Федерации.

Тульская область подключена к этой программе.

Телефон доверия (далее ТД) оказывает круглосуточную психологическую помощь населению, на ТД может позвонить человек любого возраста с любой личностной проблемой.

Если помощь в разрешении данной проблемы не входит в компетенцию психолога, консультант может посоветовать, куда именно обратиться за адресной помощью - консультант оказывает также информационную поддержку абоненту.

Звонок анонимный и бесплатный с любого телефона, сотового или городского. Если на счету телефона нет денег, звонок не состоится.

Телефон доверия - это неотложная психологическая помощь, которая позволяет человеку в тяжелой ситуации не остаться один на один со своими чувствами, эмоциями, переживаниями, со своей бедой. Позвонив на ТД, человек получит возможность довериться внимательному и чуткому собеседнику, снизить остроту и боль своих переживаний, снизить эмоциональное напряжение, поделиться своими переживаниями и получить поддержку для изменения своего тягостного эмоционального состояния.

Консультанты ТД – это специально подготовленные психологи. Они не дают советов, их задача – успокоить и поддержать Вас, помочь Вам самому найти выход из сложной ситуации и найти ресурс жизненных сил.

Звонок на телефон доверия **анонимный и конфиденциальный**.

Это значит, что то, о чем Вы будете говорить по телефону доверия, никто посторонний не услышит и не узнает, можно откровенно говорить обо всём, что Вас беспокоит.

**ВАЖНО** понимать, что занимать линию телефона доверия розыгрышами и хулиганством нельзя, ведь в это время помощь консультанта может спасти кому-нибудь жизнь, телефон доверия для профилактики суицидов неоценим.

Звонок на телефон доверия анонимный, но предусматривает защиту и безопасность консультанта: если тот услышит ругань или оскорбления, то может нажать **тревожную кнопку** – и телефон хулигана отследит служба безопасности.

Телефон доверия оказывает экстренную психологическую помощь по телефону и необходим для того, чтобы испытывающий эмоциональную боль в кризисной ситуации человек имел возможность обратиться к внимательному, принимающему и понимающему собеседнику, мог избавиться от возникшего эмоционального напряжения, поделиться своими переживаниями, трудностями, и получить поддержку для изменения своего тягостного, непереносимого эмоционального состояния.

Разговор с консультантом позволяет многим не остаться один на один со своими чувствами. Анализ работы телефона доверия показал, что обращения молодежи касаются разнообразных проблем: взаимоотношений с родителями и другими родственниками; межличностных взаимоотношений; взаимоотношений с лицами противоположного пола; самооценки и принятия себя как личности; затруднений в учебной деятельности; разочарований, затруднений в выборе профессиональной деятельности или вектора обучения... экзистенциальных и многих других личностных проблем.

Воспользуйтесь профессиональными услугами телефона доверия.

**Вы не одиноки – позвоните на телефон доверия!**