

Первый телефон доверия появился в **1953** году как помощь людям

Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности, с которыми они сами не могут справиться:

- когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью.

Он и не думал, что будет много звонков. Несколько дней он справлялся сам – отвечал всем людям.

Все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи.

Он пришел к выводу, что одному ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников.

Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, которые помогают другим людям по телефону.

Сейчас в мире существует целая **сеть служб экстренной помощи по телефону.**

Помощь оказывается **бесплатно, анонимно** (никому не сообщается, кто звонил и зачем).

«Чем может помочь друг?»

- Что вы делаете, когда у вас плохое настроение?
- *(Слушаю музыку. Играю на компьютере. Читаю. Иду, куда глаза глядят.... Звоню другу)*

Что лучше: переживать одному или поделиться трудностями с кем-то?

Чего бы ты ожидал от друга, когда у тебя плохое настроение?

Что ты как друг можешь сделать в следующей ситуации:

- Если твоего друга постоянно обижает и высмеивает в школе один его одноклассник?
- Если твой друг считает, что у него «трудные родители»?
- Если твой друг поссорился со своей девушкой (твоя подруга поссорилась со своим парнем)?
- Если твоего друга преследуют и вымогают у него деньги неизвестные парни?

Что из этого списка тебе кажется самым важным?

- что-то посоветовать

- рассказать о похожем случае
- выслушать
- в отличие от некоторых взрослых не говорить, что сам виноват
- ободрить
- отвлечь, рассказать что-то веселое

«Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»

Чад Вара, организовавший первый телефон доверия и другие люди, которые многие годы поддерживают других людей считают:

что хороший консультант на телефоне доверия выходит из дружелюбного человека (= любит дружбу)

«Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»

- не осуждает других,
- больше выслушивает, чем советует
- допускает, что при определенных обстоятельствах подобная трудная ситуация могла приключиться и с ним
- терпелив
- заинтересован в другом человеке
- разговаривает без всякой снисходительности, на равных
- Согласитесь, это не простой набор качеств. Не все друзья умеют так поддерживать и выслушивать – они ведь тоже этому пока еще учатся, как и вы. В этом нет вины друзей. Просто в некоторых случаях им трудно придумать, как помочь.
- Поэтому вскоре вслед за взрослыми Телефонами доверия, стали организовывать Телефоны доверия для детей.

«Как устроен Телефон Доверия?»

- На телефонах доверия работают специально обученные специалисты - психологи.
- Телефон Доверия помогает человеку, который пережил какие-нибудь трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги: что делать?
- Телефон доверия открыт для каждого человека.
- Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего.

- Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.
- Помощь на Телефоне Доверия всегда анонимна.
- Если не хотят, позвонивший и консультант могут не сообщать свою фамилию, адрес и другие данные. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения.
- Человек может поделиться с консультантом Телефона Доверия любой беспокоящей его проблемой.
- Обращаясь на Телефон Доверия, человек может получить интересующую его информацию.

Какие вопросы можно задавать?

- Как вызвать симпатию человека, который тебе нравится?
- Что делать, если родители не разрешают дружить с кем-то?
- Вопросы о том, что тебя беспокоит.
- И любые другие вопросы

Телефон доверия в г. Екатеринбурге:

(343) 385-82-20, ICQ 648092345, vk.com/id270527095

Каждый день в любое время суток.