**Статья «Детский телефон доверия важен в жизни каждого ребенка»**

Детский телефон доверия – это возможность в любой момент получить бесплатную анонимную консультацию профессионального психолога. Иногда в твоей жизни могут происходить события, с которыми сложно справиться самому. Ты не знаешь к кому обратиться за помощью и поддержкой. Хорошо, когда в семье есть взаимопонимание и можно поделиться своими переживаниями с родителями, братом или сестрой. Некоторыми переживаниями можно поделиться с другом или подругой. Но бывают такие ситуации, когда не хочется, чтобы о них знали друзья или близкие. У тебя есть возможность позвонить по телефону, рассказать о своих чувствах, переживаниях, проблемах и получить помощь психологов, которые окажут профессиональную помощь и поддержку. Служба детского телефона доверия была создана для того, чтобы помогать детям и подросткам, попавший в беду или в сложную для них ситуацию. Если взрослый во многих случаях справится с ситуацией, прибегая к собственному жизненному опыту, зная, где можно получить помощь специалистов, то ребенок зачастую остается один на один с данной проблемой, не желая или стесняясь говорить о ней с кем-либо. Поэтому невозможно переоценить важность службы детского телефона доверия, который дает возможность обсудить возникшую ситуацию с понимающим его собеседником, может выслушать, не критикуя и не обвиняя, помогает разобраться в проблеме, не навязывая советов. Это та помощь, которую оказывает служба детского телефона доверия в становлении самостоятельности детей и подростков, их способностей к управлению собственной жизнью, принятию осознанных решений, предупреждению конфликтов, трудностей, опасностей. От специалистов детского телефона доверия помощь приходит сразу же. Быстро, доступно, бесплатно, анонимно. Это особенно важно, если дети срочно нуждаются в поддержке. В настоящее время работают два номера: 8- 800 -2000 -122 со стационарных и мобильных телефонов, и 124 только с мобильных. Благодаря новому номеру, психологическую поддержку стало получить ещё проще.

Поэтому каждый год с целью развития системы защиты прав детства и укрепления детско-родительских отношений, защиты детей от жестокого обращения, в отделении социальный приют для детей и подростков в Бакалинском районе педагог-психолог Сидорова С.П. проводит интеллектуальные квизы, квест-игры, акции, конкурсы рисунков, беседы. В ходе мероприятий воспитанники познакомятся с историей создания телефона доверия, обсуждают важные темы, благодаря которым можно найти выход из сложных ситуаций. Поиграли в игры «Те кто…», «Исчезающие островки» для осознания того, что есть люди, которые помогут и поддержат. На занятии использовались инструменты, позволяющие детям поверить в себя, стать успешным в выбранной профессии, справиться со страхом и неуверенностью, волнением и стрессом. Ответили на все вопросы викторины, составили слоганы про телефон доверия: «Ты не один», «Всегда есть выход набери 88002000122», «Если горе или беда - набери 88002000122». А также с ребятами приняли участие в «Марафоне Доверия-2025», нарисовав рисунок «Позвони - тебе помогут!» и приняли участие в общероссийском Челлендже «Я знаю короткий номер детского телефона доверия»

Работая в группах, воспитанники активно и заинтересованно выполняли все задания. В конце мероприятия все получили буклет «Телефон доверия» , «Выход есть – ты не один!» - важный инструмент, иногда единственный, к которому может прибегнуть ребенок, чтобы рассказать о сложной, опасной ситуации, в которую он попадает по нашей вине, по вине взрослых. Поэтому одной из задач взрослых является научить ребенка пользоваться телефоном доверия.

Подготовила педагог-психолог

Сидорова С.П.