

**17 мая – Международный  
день детского телефона  
доверия**

**Общероссийский номер  
службы детского телефона  
доверия**

**8-800-2000-122**

**Что делают ваши дети, когда у них плохое настроение? Как они «сигналят» о том, что им плохо?**

- Замыкаются**
- Не хотят общаться**
- Капризничают**
- Злятся**
- Жалуются кому-то**
- Говорят об этом родителям**

**Если дети и подростки говорят о своем плохом настроении родителям – это признак доверия. Значит, они надеются, что взрослые помогут им найти способ справиться с таким состоянием.**

- что-то посоветовать,**
- рассказать о похожем случае из своего детства,**
- выслушать**
- ободрить,**
- обнять.**

**Взаимоподдержка в семье – очень важный навык.**

**Он повышает сплоченность семьи, стрессоустойчивость всех ее членов и помогает быстрее и с минимальными издержками справляться с жизненными трудностями, периодически возникающими в нашей жизни.**

## 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

**Родителям важно поощрять детей пользоваться услугой детского телефона доверия.**

**Примечательно, что позвонившие дети никогда не жалуются на родителей.**

**Дети всегда преданы своим родителям. А консультант использует все свое мастерство для поддержки ребенка и примирения близких.**

**- Телефон доверия дает возможность человеку получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации.**

**- телефон доверия открыт для каждого человека.**

**В том числе и для родителей.**

**- Человек может поделиться с консультантом телефона доверия *любой беспокоящей его проблемой*, особенно той, которую сложно обсудить с родными и знакомыми.**

**- Помощь на телефоне доверия всегда анонимна. Достаточно просто назвать свое или вымышленное имя для удобства общения.**

**В жизни много вопросов и трудностей. Любой ребенок может попасть в ситуацию, когда ему будет нужна помощь. В этот момент важно быть услышанным.**

**Помощь по телефону доверия  
оказывается анонимно и  
бесплатно!**

**8-800-2000-122**

**Работает круглосуточно**

**Спасибо за внимание!**