

Помощник для семьи

Министерство образования области совместно с университетом им. Канта запустили необычный проект. Детский телефон доверия — так называется консультационная служба для детей, подростков и даже взрослых

Благополучие в семье зависит и от детей, и от родителей. Психолог-консультант Вячеслав Богомазов, студент 3-го курса психологического факультета университета, рассказал о том, что работать на телефоне доверия не только интересно, но и полезно: это отличная практика для будущего психолога. Ребята работают добровольными помощниками на безвозмездной основе. Звонят пока нечасто, службе доверия явно не хватает рекламы. Во время дежурства Вячеслава, подростки в основном интересовались тем, каким образом можно разрешить конфликт с родителями, жаловались на непонимание в семье. Сложно подросткам контактировать и с ровесниками, молодым не хватает понимания. По мнению Вячеслава, консультация может помочь найти правильное решение: мы не советуем, а консультируем, подчеркивает молодой человек.

Консультируют детей специалисты и студенты-волонтеры факультета социальной психологии РГУ им. Канта. Работа телефона доверия призвана внести достойный вклад в общенациональную информационную кампанию противодействия жестокому обращению с детьми. Распространение информации о возможности получения экстренной психологической помощи может стать началом системного противостояния жестокому обращению с детьми — как в информационно-просветительском плане, так и при помощи конкретных мер профилактики насилия, создания условий для незамедлительной помощи пострадавшим детям. Помимо консультаций по телефону, специалисты предлагают очные консультации, оказывают правовую помощь. Об этом сообщает официальный сайт министерства образования.

Основная задача — оказать детям, подросткам и молодежи, переживающим кризисные состояния, квалифицированную, анонимную, бесплатную первичную психологическую помощь по телефону, обеспечить профилактику негативных тенденций у данных категорий населения. Детский телефон доверия — полностью анонимная, абсолютно бесплатная служба. Ее сотрудники, разговаривая с абонентом на другом конце провода, всегда исходят из того, что человек имеет право быть таким, какой он есть. Здесь никого не собираются осуждать, критиковать или учить жить. У каждого периодически возникают ситуации, в которых трудно разобраться. Профессиональная помощь необходима гораздо чаще, чем это может показаться.

Опыт, накопленный специалистами, показывает, что люди отказываются от профессиональной помощи психолога по нескольким причинам. Они путают психолога с психиатром и считают, что к психологу обращаются только больные. Это ошибка: психолог работает со здоровыми людьми.

Некоторые люди считают, что обращаться за помощью — это признак слабости. Странно, что никто не считает слабостью обращение к профессиональному юристу, врачу, портному или парикмахеру. Неужели здоровье души менее значимо, чем здоровые зубы или красивая одежда?

Многим стыдно разговаривать о своих чувствах и переживаниях. Но при общении по телефону можно рассказать обо всем, что тревожит, и получить профессиональную помощь, оставаясь неузнанным. Кроме того — увы! — многие вообще не знают, что существует такая возможность и что можно получить психологическую консультацию, просто набрав номер телефона.

С какими проблемами можно обратиться на «Горячую линию» детского телефона доверия? Трудности родителей: непослушание, упрямство, агрессивность, воровство детей. Личные трудности ребенка, когда он слишком застенчив, у него есть страхи, ему трудно общаться со сверстниками. Конфликты в классе с учащимися и педагогами. Особые ситуации — к ним относятся смерть одного из членов семьи, развод родителей; появление нового члена семьи; поступление в детский сад или в школу; серьезная болезнь; насилие над самим ребенком или у него на глазах. Проблемы подросткового и юношеского возраста: самоопределение, отношения с партнером, одиночество, различные формы зависимостей.

По телефонам 751-800 или 522-562 с 14 до 20.00ч. ежедневно можно поговорить с понимающим, сопереживающим собеседником, который прошел специальную подготовку в области психологического консультирования, спросить его о том, что тревожит, причиняет душевную боль, мешает быть счастливым.