

## КЛАССНЫЙ ЧАС

### «Скажи телефону доверия «ДА!»» (9 класс)

#### Цель:

1. Информировать обучающихся о том, для чего предназначен и как работает Телефон доверия
2. Мотивировать обращение за помощью на Телефон доверия в трудных жизненных ситуациях

#### Ход:

##### 1. Целевая установка.

17 мая - Международный день детского Телефона доверия. Проводится акция «СКАЖИ ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ «ДА!»»

1. На доске записаны высказывания:

“Тот, кто делает добро другому, делает добро самому себе”

“Сознание сделанного добра является высшей наградой для человека”

Выясняем: добро – всё положительное, хорошее, полезное.

Пословицы (дети приводят примеры).

**Доброта** – отзывчивость, душевное расположение к людям, стремление делать добро другим...

**Доверие** – уверенность в чьей-то добросовестности

**Вежливость** – совокупность правил приличия.

Тот, кто, делает добро другому, делает добро себе, не в смысле последствий, но самим актом делания добра, так как сознание сделанного добра является высшей наградой для человека. Сенека

Работай над очищением твоих мыслей. Если у тебя, не будет дурных мыслей, не будет и дурных поступков. Конфуций

Стараясь о счастьях других, мы находим своё собственное. Платон

##### 2. Информационный блок. «Первый телефон доверия»

Первый телефон доверия появился в 1953 году как помощь людям в кризисном состоянии, в том числе как профилактика суицидов. 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 в состоянии справиться: когда они одиноки, растеряны или думают о том, чтобы покончить с жизнью. Он и не предполагал, что на него обрушится лавина звонков. Несколько дней он справлялся с хлынувшими обращениями сам. Главное, что он понял за это время, - все звонившие, прежде всего, нуждались в дружеской помощи. Вскоре он пришел к выводу, что в одиночку ему с этим делом не справиться, и стал искать добровольных помощников. Теперь они все вместе отвечали на звонки. Так родилось всемирное движение людей, оказывающих помощь другим людям по телефону. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону. Это популярный и широко известный вид профессиональной психологической помощи. Помощь оказывается бесплатно, анонимно (никому не сообщается, кто звонил и зачем).

-Ребята, что вы знаете о Телефоне доверия

##### 3. Групповое обсуждение «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?

##### Студенческие работы

- Что ты как друг можешь сделать в следующей ситуации:

1. Если твоего друга постоянно обижает и высмеивает в школе один его одноклассник?

2. Если твой друг считает, что у него «трудные родители»?

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

#### **4. Информационный блок. «Какими умениями должен обладать хороший друг, помощник?»**

Вот, что считают по этому поводу люди, многие годы занимающиеся поддержкой других людей. **Чад Вара**, организовавший первый телефон доверия, заметил, что хороший консультант на телефоне доверия выходит из дружелюбного человека, который обладает такими качествами:

- 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.

#### **5. Информационный блок. «Как устроен Телефон Доверия?»**

На телефонах доверия работают специально обученные специалисты - психологи. На некоторых Телефонах доверия могут работать даже прошедшие специальное обучение подростки - туда звонят те ребята, которым проще поговорить о наблевшем со сверстником, чем со взрослым.

Телефон Доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в более спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги.

Телефон доверия открыт для каждого человека. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Человек может поделиться с консультантом Телефона Доверия любой беспокоящей его проблемой.

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.

Обращаясь на Телефон Доверия, человек может получить интересующую его информацию.

Каждый Телефон Доверия работает в своем определенном режиме - круглосуточно или по расписанию

#### **6. Мозговой штурм «Трудные ситуации в жизни подростков, или с какими вопросами можно обратиться на Телефон доверия?»**

Например:

- Как вызвать симпатию человека, который тебе нравится?
- Что делать, если родители не разрешают дружить с кем-то?

Правило мозгового штурма: чужие версии не критиковать, записывать все, что прозвучало, даже если они кажутся нелепыми.

Обсуждение итогов мозгового штурма.

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

#### **7. Знакомство с памяткой, размещение её в классном уголке.**

**ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ ОКАЗЫВАЕТСЯ АНОНИМНО И БЕСПЛАТНО!**

Человек-творец добра. Добрые поступки нужны нам в жизни. Другим надо помогать, выручать их, быть внимательными друг к другу.



**Человек** – творец добра. Добрые поступки нужны сказке, нужны нам в жизни.

**Доверие** – уверенность, чьей-то добросовестности, искренности, в правильности, чего-то. Заслужить доверие, оказать кому-нибудь. Пользоваться чьим-нибудь доверием. Отнестись с доверием.

Круглосуточно, анонимно, бесплатно со стационарных и мобильных телефонов психологическая помощь 8-800-2000-122 единый общероссийский номер детского телефона доверия

**Если:**

- в жизни возникли проблемы, переживания, боль, страх, одиночество и хочется найти понимание и поддержку...

- вы оказались в сложной жизненной ситуации и не знаете, к кому обратиться за помощью или советом...

- вам трудно сказать родителям правду, а врать надоело...

- у вас есть вопросы, касающиеся общения со сверстниками или взрослыми...

**Итог**

(на Телефон Доверия могут обратиться дети, родители (лица их замещающие) по актуальным проблемам развития и воспитания, в том числе в случаях злоупотребления ПАВ, жестокого обращения и насилия в отношении детей, включая случаи насилия в семье)

