

## Час общения

### «Ты не один!»

посвященный Международному дню Телефона Доверия

#### Цель:

- информировать обучающихся о том, для чего предназначен и как работает Телефон доверия;
- мотивировать обучающихся к обращению за помощью на Телефон доверия в трудных жизненных ситуациях.

#### Задачи:

- Рассказать о Телефоне доверия, как о виде психологической помощи.
  - Мотивировать обучающихся к обращению за помощью на Телефон доверия в трудных жизненных ситуациях.
- Здравствуйте ребята. Мы все сегодня собрались здесь на час общения, посвященный Международному дню Телефона Доверия, который отмечает весь мир именно сегодня – 17 мая.

Телефон Доверия – это помощник любого ребенка, который оказался в сложной ситуации. Мы поговорим сегодня с вами о том, когда он впервые появился, для чего он нужен, кто работает на телефоне, и немного поиграем.

Как же появился ТД?

Первый телефон доверия появился в 1953 году. Англичанин Чад Вара напечатал в газете свой номер телефона и предложил звонить людям в любое время, если в их жизни возникают сложности. 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. Сейчас в мире существует целая сеть служб экстренной помощи по телефону. Помощь оказывается бесплатно, анонимно (никому не сообщается, кто звонил и зачем). Вскоре вслед за взрослыми телефонами доверия стали организовывать телефоны доверия для детей.

И вот уже седьмой год, начиная с 17 мая 2009 года, как Россия присоединилась к его празднованию.

Для чего же нужен детский ТД? Для того, чтобы нам ответить на этот вопрос предлагаю вам изначально послушать одну притчу

*В центре города в девятиэтажном доме вспыхнул пожар. Служащие с нижних этажей здания и жильцы с верхних этажей в спешке покидали помещения. Только восьмилетний мальчик крепко спал на 8 этаже. Его мать была в отъезде, а отец вышел за продуктами в соседний супермаркет. Огонь быстро охватывал этаж за этажом и поднимался всё выше и выше. Пожарники боролись с огнём, но безуспешно. Драма стала превращаться в трагедию, когда пожарники в окне 8 этажа увидели лицо испуганного ребёнка, который звал на помощь отца.*

*Отец, плача, кричал сыну:*

*- Не бойся! Я здесь, внизу! Прыгай!*

*- Но я ничего не вижу! – кричал сын.*

*- Тогда закрой глаза и прыгай! Я тебя вижу!*

*И мальчик прыгнул, его поймали. Отец и сын плакали от счастья и каждый думал о своём: сын о том, что доверие к отцу победило в нём страх, а отец – о том, что сын ему доверяет.*

К сожалению, не у всех всегда рядом может оказаться человек, которому ребенок может и хочет довериться. Вот поэтому и был создан детский телефон доверия, позвонив на который, окажут поддержку в случае различных ситуациях. Многие думают, что им некому помочь, и проблема неразрешима, но большинство звонящих получают помощь, задавая примерно такие вопросы:

«Я перешел в новую школу, и со мной никто не хочет дружить»

«Все мои одноклассники курят, а я нет. Они надо мной смеются»

«Я поссорился с другом и не знаю, как помириться»

«В моей школе один старшеклассник вымогает у нас деньги. Мне страшно»

«Мне кажется, что я некрасивая, и поэтому ребята в школе издеваются надо мной»

«Родители не разрешают мне общаться с моими друзьями, говорят, что это неподходящая компания»

«Я влюбился, а она не обращает на меня внимания, как мне быть?»

«Доктор прописал мне носить очки. А одноклассники смеются надо мной».

Надо помнить, что жизненный путь не всегда усыпан лепестками роз. Наряду с удачами, счастьем, успехом, случаются неприятности, конфликты, непонимание и, просто плохое настроение.

Для примера я подготовила вам стихотворение про ежика, послушайте его пожалуйста.

Ёжик в тумане ужасно напуган:

Белая дымка, не видно ни зги.

Может быть, просто он ходит по кругу?

Кто здесь - друзья? Или всё же враги?

Шорохи. Страшно. Какие-то звуки.

Фыркает морда, а чья, не поймёшь.

Кто-то, возможно, вздыхает со скуки,

Режет всю правду, а может быть, ложь.

Бедненький ёжик! Он видит повсюду

Только худое, тревожно ему.

Так подозрительно всякое чудо,

Если не делать его самому!

...Что это я так печально о грустном?

Ты же - не ёжик? Но вот о чём стих...

Если один ты и если так трудно,

Ты не теряйся, ищи помощи...

- Давайте поговорим о том, как вы справляетесь с трудными для вас ситуациями?

- А как вы думаете, что лучше выбрать, когда у вас случаются сложные ситуации - переживать одному или поделиться трудностями с кем-то?

С кем бы вы смогли поделиться?

Чего бы ты ожидал от того человека, с которым ты бы поделился своей проблемой или, когда у тебя плохое настроение?

Что бы ты сделал, если вам позвонил ваш друг и рассказал о своих ситуациях, например: Если твоего друга постоянно обижает и высмеивает в

школе один его одноклассник? Если твой друг считает, что у него «трудные родители»?

К сожалению подобных вопросов, может быть, гораздо больше. Даже на страницах наших любимых книг есть много сказочных персонажей, которым бы смог помочь наш телефон доверия.

Можете ли вы привести пример? *(Ответы детей. Например: Пьеро, Буратино, Золушка, Три поросенка и т.д.)*

Всем им в их сложной ситуации мог бы помочь телефон доверия.

В жизни много трудностей и вопросов. Каждый человек может попасть в такую ситуацию, когда ему необходима помощь. В этот момент важно быть услышанным, например своим другом! Но ведь не все друзья умеют поддерживать и выслушивать – они ведь тоже этому пока еще учатся, как и вы. И в некоторых случаях им трудно придумать, как помочь. Что делать?

Все тускло, уныло, постыло вокруг.

И грустны мои и профиль, и фас.

Номер знакомый набираю. И вдруг...

Такое родное: «Я слушаю Вас...»

Среди житейских метелей и вьюг

Нервов моих истощился запас.

Я телефон набираю. И вдруг...

Такое знакомое: «Я слушаю Вас...»

Телефон доверия – это служба, куда можно анонимно, бесплатно и конфиденциально обратиться, чтобы обсудить отношения с друзьями и близкими, школьные и семейные отношения. При звонке на номер **8 – 800 – 2000 – 122** в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, и их родители могут получить экстренную психологическую помощь, которая оказывается специалистами действующих региональных служб.

Средь миллионов номеров

Один есть номерок,

Который можешь ты набрать,

И ты не одинок!

Да, в жизни все бывает,

Но точно знай, дружок!

Когда тебя не понимают,

Ты сделай лишь звонок.

Тебя там выслушать всегда

И днем и ночью смогут.

Ты одинок? Так не беда

И в этом там помогут.

Дорогие дети, спасибо вам большое за вашу открытость и теплые сердца!

Теперь вы всегда знаете, что в любом момент вам готовы помочь.

Я хочу пожелать вам поменьше сталкиваться в жизни с кризисными ситуациями и побольше радоваться жизни! Побольше улыбок, любви и хороших и преданных друзей!