

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Порой в вашей жизни складываются непростые ситуации, связанные с воспитанием ребенка, и вы не знаете, как с ними справиться, к кому обратиться за помощью и эмоциональной поддержкой. Понимаете, что вам не могут помочь ни друзья, ни близкие, а иногда просто не хочется, чтобы о ваших трудностях кто-то что-либо знал.

В таких случаях вы можете обратиться за помощью в службу детского телефона доверия и поделиться своими чувствами, переживаниями, рассказать о сложностях.

Психологи, работающие на круглосуточной, анонимной и бесплатной телефонной линии, выслушают вас, помогут разобраться в сложившейся ситуации, облегчить ваше состояние.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ

СЛУЖБЫ ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ:

Оказание экстренной психологической помощи детям, родителям (или лицам их заменяющим), специалистам детских учреждений.

Снижение психологического дискомфорта в семьях.

Снижение уровня агрессивности родителей по отношению к детям, а также детской агрессивности, направленной на родителей или сверстников.

Снижение уровня детской аутоагрессии; предупреждение суицидов среди детей и подростков.

Выявление и профилактика случаев жестокости по отношению к детям (физического, психического, сексуального, экономического насилия, пренебрежения основными потребностями).

Своевременное принятие мер по защите детей от жестокого обращения и ликвидации возможных неблагоприятных последствий (передача сигнала в органы опеки и попечительства, внутренних дел, социальной защиты населения).

Предоставление информации о других службах, организациях и учреждениях данной территории, где запросы обратившихся могут быть удовлетворены более полно и квалифицированно.

ПРОБЛЕМЫ, С КОТОРЫМИ ВЫ МОЖЕТЕ ОБРАЩАТЬСЯ К ПСИХОЛОГАМ СЛУЖБЫ ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ:

возрастные особенности психического развития детей и подростков;

детские страхи;

утрата близкого человека;

переживания горя; проблемы зависимости (алкогольной, наркотической, игровой и т.д.);

проблемы в семейных, детско-родительских отношениях;

сложности, возникшие в процессе обучения ребенка;

нарушения прав ребенка (в том числе жестокость в отношении ребенка: физическое, сексуальное, психологическое насилие, пренебрежение нуждами);

личностные психологические кризисы.

ПСИХОЛОГ ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ ПОМОЖЕТ ВАМ:

справиться с эмоциональным состоянием;

найти пути разрешения той или иной ситуации;

понять своего ребенка;

оценить опасность данной ситуации для ребенка;

определить желаемый результат разрешения данной ситуации;

понять самого себя и найти пути решения ситуации;

подскажут психологические и социальные службы, которые могут вам помочь.

ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ ДЕТСКОГО ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ:

Конфиденциальность и бесплатность

— два основных принципа работы детского телефона доверия.

Это означает, что можно получить психологическую помощь анонимно,

тайна обращения гарантируется. При звонках из

любого населенного пункта Российской Федерации со

стационарных или мобильных телефонов вы

можете получить экстренную психологическую помощь бесплатно.

Уважение собеседника, то есть отсутствие давления на собеседника в какой-либо форме. Любые манипуляции со стороны психолога запрещены.

Доступность — детский телефон доверия работает 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, 365 дней в году.



БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА В ИНТЕРНЕТЕ



РОДИТЕЛЯМ

8-800-2000-122

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

О преступлениях в Интернете сегодня говорят много. И всё чаще жертвами в виртуальном мире становятся дети. Сталкиваясь с различными агрессивными и преступными выпадами в свой адрес, они пытаются самостоятельно решать проблемы, стесняются обратиться за помощью к взрослому.



КИБЕРБУЛЛИНГ – это умышленное и неоднократное причинение вреда с использованием компьютера, сотового телефона и других электронных устройств.

Формы кибербуллинга, с которыми может столкнуться ваш ребенок

Клевета – распространение оскорбительной, унижительной и неправдивой информации on-line. Её цель - повредить репутации жертвы.

Флейминг – это перепалка в виде обмена злыми, жестокими и грубыми сообщениями между двумя и более пользователями в публичных и частных местах общения в сети Интернет.

Хеппислепинг – физическое нападение, избиение человека, снятое на видео, с целью последующего размещения материалов в сети Интернет.

Нападки – это повторяющиеся обидные и оскорбительные сообщения, направленные на жертву.

Самозанство – преследователь притворяется жертвой и от его или ее имени рассылает сообщения или распространяет информацию, имеющие своей целью уничтожение репутации жертвы.

Текстовые войны/нападения – это травля, преследование жертвы посредством многочисленных оскорбительных СМС или электронных писем.

Обман – получение и распространение конфиденциальной информации, личной переписки, фотографий и размещение их в Интернете.

Троллинг – размещение в Интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления и т. п.

Советы, которые стоит

дать ребенку для преодоления кибербуллинга:

1. Не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство. Прежде чем писать, постарайся успокоиться, утолить злость, обиду, гнев.

2. Создавай собственную on-line-репутацию, не полагайся на иллюзию анонимности. Хотя киберпространство и позволяет почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, необходимо знать, что есть способы узнать, кто

стоит за определенным никнеймом. И, если некорректные действия в Интернете действительно наносят вред, обращайся за помощью на горячие линии, и действия этого человека или группы будут пресечены.

3. Храни подтверждения фактов нападений (не уничтожай сообщения, картинку, видео и т.д.) и сообщи об этом родителям.

4. Игнорируй единичный негатив. Постарайся придерживаться правила «Лучший способ борьбы с неадекватными – игнор».

5. Если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет:

выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно;

поддержать жертву – лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей эмоциональную поддержку;

сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве.

6. Блокируй агрессоров. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю.

7. Не стоит игнорировать агрессивные сообщения, если письма или СМС неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы или порнографические сюжеты. В этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться в правоохранительные органы.

Если ваш ребенок столкнулся с кибербуллингом, вы можете обратиться за помощью на горячие линии: «ДЕТИ ON-LINE»

Служба телефонного и on-line консультирования для детей и взрослых по проблемам безопасного использования детьми и подростками Интернета и мобильной связи.

Обратиться на Линию помощи можно:

по телефону 8 800 250 00 15 (с 9 до 18 по рабочим дням, время московское). Звонки по России бесплатные по электронной почте helpline@detionline.com на сайте www.detionline.com

Центр безопасного Интернета в России

Горячая линия по адресу: www.saferunet.ru принимает сообщения по следующим категориям противоправного контента:

- сексуальная эксплуатация несовершеннолетних
- вовлечение детей в сексуальную деятельность
- расизм, национализм, иные формы ксенофобии
- киберунижение и кибертравля
- сцены насилия над детьми
- пропаганда и распространение наркотиков
- пропаганда и публичное оправдание терроризма



8-800-2000-123



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

