

**Министерство здравоохранения
Калужской области**
Государственное бюджетное учреждение
здравоохранения Калужской области
«Калужская областная
психиатрическая больница
имени А.Е. Лифшица»
Маяковского ул., 55 г. Калуга, 248009
тел./факс: 8 (4842) 53-68-92
E-mail: gbuz_livshits@adm.kaluga.ru

от 15.02.24 № 54 - с.з.

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И
НАУКИ КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

**МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И
СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ КАЛУЖСКОЙ
ОБЛАСТИ**

**МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННЕЙ
ПОЛИТИКИ И МАССОВЫХ
КОММУНИКАЦИЙ КАЛУЖСКОЙ
ОБЛАСТИ**

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ
КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

С целью доведения до населения Калужской области информации о функционирующем в ГБУЗ КО «Калужская областная психиатрическая больница им. А.Е.Лифшица» кабинете «Телефон доверия» просим направить памятку (прилагается) в подведомственные учреждения для размещения на информационных стендах, сайтах и других ресурсах.

И.о. главного врача



И.В. Жуков

Исполнитель:
С.П.Радулов
Тел. 52-26-55

«Телефон Доверия» для жителей Калуги и Калужской области (звонок бесплатный) 8-800-450-23-22

1. Что такое Телефон Доверия?

Главная цель Телефона Доверия - обеспечение психологической помощи гражданам, в т.ч. детям и подросткам.

Основные задачи службы "Телефон Доверия":

- обеспечивает каждому обратившемуся доверительный диалог;
- помогает абонентам «собрать» их творческие, духовные, физические и психические силы для выхода из кризисного состояния;
- расширяет у абонентов диапазон приемлемых средств для самостоятельного решения проблем и преодоления имеющихся трудностей, укрепляет уверенность в себе;
- оказывает психологическое сопровождение при переживании кризиса, а также при его предупреждении и при реабилитация после кризиса;
- информирует граждан, где и каким образом, кроме обращения на Телефон Доверия, они могут получить психологическую помощь в разрешении своей проблемы.

2. Каковы условия работы «Телефона Доверия»?

- Анонимность - клиент, обратившийся за психологической помощью на Телефон Доверия, не обязан называть своего имени, места жительства и другой информации, не имеющей, по его мнению, отношения к делу.
- Конфиденциальность - абонент Телефона Доверия может быть уверен в том, что любая информация, рассказанная клиентом о себе или его близких, не передается огласке и не будет передана третьим лицам.
- Безусловное принятие клиента - в разговоре с абонентом сотрудники Телефона Доверия всегда исходят из того, что человек имеет право быть таким, какой он есть, его не будут осуждать, критиковать или учить жить.
- Доверительный характер разговора - искренность клиента и его доверие консультанту - это залог того, что в процессе разговора абонент определит причины своих трудностей и конкретные шаги в их преодолении.

3. В каких случаях обращаются на «Телефон Доверия»?

Если:

- Вы чувствуете, что тревога, сомнения и душевная боль стали последнее время слишком частыми «гостями» в вашей жизни.
- Трудности кажутся вам непреодолимыми, и вы переживаете беспомощность и отчаяние.
- В вашей жизни произошло то, что нельзя изменить, и вы не знаете, как принять это.
- Мир кажется враждебным, а люди - не понимающими и отвергающими вас.
- Отношения с людьми приносят вам только разочарование и боль.
- Жизнь кажется вам лишённой смысла.
- Конфликты и неудачи повторяются, вы не знаете, как выбраться из «заколдованного круга».

• Вам не с кем обсудить свои проблемы, трудную ситуацию, которая сложилась в вашей жизни — не всегда мы можем рассчитывать на понимание даже самых близких людей (родителей, друзей и др.).

4. Надо ли готовиться к звонку на Телефон Доверия?

К обращению на Телефон Доверия можно совсем не готовиться. Просто наберите номер телефона и расскажите о том, что вы переживаете, и о своей проблеме.

Когда психолог снимет трубку:

- Поздоровайтесь и удостоверьтесь, что вы попали именно на Телефон Доверия.
- Если считаете нужным, назовите свое имя.
- Сообщите о цели своего звонка. Например: «У меня есть проблема, я хотел бы с ней разобраться». Выслушав согласие консультанта, начните излагать суть вашей проблемы.
- Консультант будет задавать вопросы, на которые лучше всего отвечать искренно.
- А затем вы вместе будете анализировать и думать, как лучше разрешить проблему.
- Если при первом разговоре не удалось наметить пути решения проблемы, обговорите дату и примерное время следующего звонка, для продолжения разговора.