**Помощь родителям детей, попавших в трудную жизненную ситуацию**

1. Что делать, если пропал ребенок?

2. Что делать, если столкнулись с суицидальными намерениями ребенка или с незавершенным суицидом?

3. Угрозы в сети Интернет

4. Что делать и куда обратиться, если в семье бьют ребенка?

5. Как защитить ребенка от влияния религиозных и тоталитарных организаций и сект?

6. Что делать, если вы подозреваете ребенка в употреблении наркотиков?

7. Защита от экстремизма

**1.Что делать, если пропал ребенок?**

Первые 48 часов после исчезновения ребенка наиболее важны для поиска и его благополучного возвращения. Как правило, именно эти часы оказываются не использованными вследствие паники и ужаса, которым поддаются родители. Держите себя в руках, помните, что возвращение вашего ребенка домой зависит от вашей собранности и точности ваших действий.

Оставьте заявление в полиции по месту пропажи ребенка. Обязательно требуйте регистрации заявления, приложите к нему свежую фотографию. Требуйте немедленной передачи заявления следователю, узнайте номер его телефона, всегда держите под рукой. Следователю постарайтесь передать максимально полную и точную информацию, не скрывайте конфликты в семье и с окружением, плохие привычки ребенка.

Максимально быстро включите услугу "маяк" на мобильном телефоне ребенка, даже если он отключен. Местонахождение сотового аппарата будет локализовано в момент возможного включения.

Внимательно осмотрите дом и особенно комнату ребенка. Помните, что одежда, постельное белье, личные вещи, компьютер, и даже мусор могут содержать ключи к местонахождению вашего ребенка. Cохраните список последних посещённых сайтов, а также всю переписку и общение ребёнка в социальных сетях, форумах и т.п., передайте следствию.

Составьте подробное описание особых примет, одежды, обуви и личных вещей вашего ребенка в момент исчезновения. Включите в описание родимые пятна, шрамы, татуировки, характерные манеры. Передайте следователю.

Записывайте, как можно более подробно, всю поступающую информацию, фиксируйте все телефонные звонки: имена, номера телефонов, дата и время звонков, содержание разговора и другие данные, касающиеся каждого вызова. Установите АОН на домашний телефон, обязательно оставляйте кого-то принимать и записывать звонки, когда вы уходите.

Составьте список друзей, знакомых, одноклассников, обзвоните всех, кто может знать о местонахождении ребенка. Будьте особенно внимательны к тем, кто видел его незадолго до исчезновения, пусть максимально точно вспомнят, где и при каких обстоятельствах это было, что говорил ребенок, в каком был настроении. Записывайте все. Список тех, кто видел ребенка незадолго до пропажи, передайте следователю.

Возьмите распечатку входящих и исходящих звонков по номеру вашего ребенка (эта возможность есть у лица, на которое оформлена сим-карта) у оператора сотовой связи за максимально возможный период времени. Проанализируйте частоту и время звонков, отдельно отметьте незнакомые номера, передайте распечатку с пометками следователю, оставьте себе копию. Составьте список входящих и исходящих вызовов городского телефона, проанализируйте, также передайте следователю.

Распечатайте как можно больше листовок формата А4, лучше цветных, со свежей хорошей, четкой фотографией ребенка, описанием примет, одежды, места и подробностей исчезновения. Не забудьте в листовке указать контактные телефоны полиции и семьи. Расклейте их на остановках городского транспорта.

Распечатайте или найдите карту района и держите её при себе вместе с блокнотом для записи звонков. Наносите на карту места, где ребенка видели часто, где видели в день пропажи.

Вспомните, какие события происходили в вашем районе в день или накануне исчезновения, какие проводились мероприятия (соревнования, празднования). Запишите, список передайте следователю.

Постарайтесь привлечь к поиску как можно больше людей, привлекайте волонтерские организации, занимающиеся поиском. Не дожидаясь помощи полиции, осмотрите места сбора молодежи в районе, стройки, гаражи, чердаки и подвалы, ближайшие парки. Расклейте ориентировки на остановках городского транспорта, подъездах, магазинах, других часто посещаемых местах.

Внимательно осмотрите окрестности места, где ребенка видели в последний раз, найдите установленные камеры наружного наблюдения. Составьте список с адресами, передайте следователю как можно скорее – записи могут быть уничтожены уже через сутки.

Если следователь не возражает, используйте все доступные информационные каналы – СМИ и интернет для оповещения о случившемся.

Поговорите со следователем о шагах, которые уже предприняты или планируются для поиска ребенка. Пусть вас не пугает, если следователь открыл дело по статье 105 «Убийство». Только эта статья дает следствию максимальные возможности и полномочия.

Еще раз внимательно посмотрите список друзей и знакомых, расширьте, добавьте всех, кто мог видеть вашего ребенка, соседей, работников двора, курьеров службы доставки. Вспомните, в последнее время не приезжали или уезжали соседи, не было ли конфликтов с соседями, родственниками или коллегами, не изменялись ли в последнее время отношения с кем-либо. Всю информацию передайте следователю.

Продолжайте распространение информации о пропаже. Постарайтесь разместить листовки на вокзалах и в аэропортах, передать сотрудникам ДПС на точках выезда из города, сотрудникам транспортной милиции.

Будьте готовы к тому, что вашим положением будут пытаться воспользоваться разнообразные нечистоплотные личности и будут звонить психически неуравновешенные люди, поэтому в листовках для контакта лучше указывать телефон наиболее выдержанного и здравомыслящего члена семьи.

**Куда обратиться за помощью**

**Единый детский телефон доверия: куда могут звонить и родители пропавших детей за помощью психолога: 800-2000-122**

**2. Что делать, если столкнулись с суицидальными**

**намерениями ребенка или с незавершенным суицидом?**

Согласно данным статистики, самое большое количество попыток покончить жизнь самоубийством приходится на подростков и молодых людей в возрасте до 25 лет. Попытки заканчиваются смертью, когда подростку трудно выйти за рамки реальности, когда он не видит иного выхода в связи с отсутствием жизненного опыта. Большинство погибших подростков были абсолютно нормальными, психически здоровыми людьми. Любого из них можно было спасти, достаточно было просто вовремя обратить на них внимание и помочь преодолеть возникшие трудности.

Специалисты выявили ряд изменений в поведении подростка, которые могут помочь родителям определить суицидальные намерения своего ребенка.

1. Нарушения сна. Это может выражаться в появившейся бессоннице или, наоборот, в повышенной сонливости.

2. Нарушение аппетита.

3. Подросток проявляет признаки беспокойства, становится слишком раздражительным.

4. Повышается чувство тревоги.

5. Подросток сильно утомляется, проявляется упадок сил.

6. Подросток перестает следить за своим внешним видом, пренебрегает личной гигиеной, выглядит неряшливо.

7. Постоянно жалуется на физическое недомогание, плохое самочувствие.

8. У него часто меняется настроение.

9. Подросток замыкается в себе, отдаляется от друзей и родственников.

10. Совершает рисковые поступки.

11. В его разговорах часто затрагивается тема бессмысленности жизни, безнадежности, смерти. Иногда речь заходит о его собственных похоронах.

12. Подросток начинает употреблять выражения «я ненавижу жизнь», «я никому не нужен», «зачем я родился на свет?», «не могу больше это выносить».

Иногда сигналом готовности подроста расстаться с жизнью может послужить необоснованное дарение личных вещей, которые представляют для него ценность, попытка уладить конфликты с людьми, с которыми он находился в ссоре.

Если вы заметили, что ваш ребенок готовится к суициду, намерен лишить себя жизни, в первую очередь необходимо с ним поговорить. Выясните, что происходит с подростком.

Если он открыто заявляет о намерении уйти из жизни, обсудите эту проблему. Задавайте ему вопросы, которые позволят ему самостоятельно сформулировать причину своего решения. Подросток должен почувствовать, что вы готовы разделить с ним его проблему, поддержать его, что вы не равнодушны к его беде, к его чувствам. Самое главное в разговоре — добиться от подростка обещания не убивать себя, не причинять себе боль никаким способом.

Постарайтесь ни в коем случае не оставлять подростка одного в таком состоянии. Если вам необходимо уйти, оставьте его на попечение другого взрослого. Если вы видите, что не можете самостоятельно справиться с проблемой и беседы результатов не дают, обратитесь за помощью к специалисту, который поможет вашему ребенку выйти из кризисного состояния.

На помощь родителям, чьи дети оказались в сложной ситуации, придут психологи

**3. Угрозы в сети Интернет**

Наши дети большую часть свободного времени проводят во всемирной паутине, причем, это относится не только к подросткам, но и к младшим школьникам. Здесь они заводят друзей, общаются, ссорятся, мирятся. И виртуальная реальность для них так же значима, как и обычная жизнь. Это хорошо понимают мошенники, вербовщики и прочие злоумышленники, которые именно в Интернете ищут своих жертв. Кроме того, поддаваясь вирусной рекламе, ребенок попадает на сайты, которые изначально не запрашивал.

Под контентными Интернет-угрозами понимается действие в сети Интернет, которое причиняет вред ребенку – пользователю Интернета путем опубликования или пересылки ребенку некоей информации, а также Интернет- коммуникация, направленная на причинение вреда собеседнику в Сети. Технические и коммуникационные возможности Интернет-технологий достаточно широки, поэтому список контентных Интернет-угроз достаточно разнообразен:

**Киберунижение**

Наиболее типичной Интернет-угрозой для детей и подростков в настоящее время является киберунижение – именно данная категория лидирует среди обращений на «Линию помощи» Центра безопасного Интернета в России. Киберунижение – это распространение унижающей достоинство конкретного ребенка информации (изображений, видео, текста) в Интернете, а также использование Интернета для оскорблений и травли ребенка.

Киберунижение и кибертравля преимущественно встречаются в социальных сетях, на форумах и в чатах; для кибертравли используются также электронная почта и онлайн-мессенджеры (например, ICQ). Опасность распространения унижающей ребенка информации заключается в том, что в отличие от «обычного» унижения (например, «школьной дедовщины»), сцены, изображающие сам процесс унижения, распространяются на неограниченный круг лиц. Таким образом, такие видео или фото могут быть доступны будущим друзьям и знакомым даже в случае переезда ребенка в другой город.

Еще одна опасность заключается в том, что на данный момент удалить все экземпляры унижающих текстов или изображений из Интернета почти невозможно – ничто не мешает кому-то сохранить их на своем компьютере и опубликовать в Сети повторно даже через несколько лет.

**Вовлечение ребенка в сексуальные действия через Интернет**

Данная угроза, по оценкам Линии помощи, является более массовой, чем обращения жертв съемок детской порнографии. Суть угрозы заключается в том, что с ребенком в Интернете выходит на контакт некий педофил (нередко представляющийся сверстником), входит в доверие к ребенку, в ряде случаев при этом готовя его к сексуальным действиям путем соответствующих бесед или пересылки сексуально ориентированных материалов. Целью педофила является реальная встреча для совершения сексуальных действий или вовлечение ребенка в сексуальные действия через Интернет посредством веб-камеры. Наиболее популярным местом для «охоты» онлайн-педофилов за детьми являются социальные сети; дальнейшие контакты могут осуществляться через онлайн-мессенджер, электронную почту, приватный чат, а также по мобильному телефону. Опасность, как правило, распознается родителями, мониторящими Интернет-активность ребенка или заметившими опасность в ходе общения с ребенком.

**Вовлечение несовершеннолетних в преступные и экстремистские группировки**

Не менее актуальной угрозой является вовлечение несовершеннолетних в преступные и экстремистские группировки с использованием Интернета. Опасность угрозы заключается в трансляции деструктивного мировоззрения подростку и направления его повседневной деятельности в деструктивное русло.

**Пропаганда и популяризация потребления наркотиков**

**среди молодежи**

Набирающей масштабы Интернет-угрозой является использование Интернет-технологий для пропаганды и популяризации потребления наркотиков среди молодежи. На соответствующих Интернет-ресурсах (сайты бесплатного хостинга, профильные форумы, реже сообщества в социальных сетях) подросткам предлагаются рецепты изготовления одурманивающих веществ и смесей из подручных материалов, а также предоставляется возможность приобретения подобных средств. Опасность заключается в использовании Интернета для наркотизации подрастающего поколения (средним возрастом начала потребления наркотиков в России считается возраст 13 лет), а также в использовании коммуникационных возможностей Интернета для поддержания общности потребителей наркотиков, создания «чувства плеча» препятствующего реабилитационным мероприятиям в отношении несовершеннолетнего потребителя наркотиков.

**Интернет-мошенничество**

Например, при отправке смс-сообщения на короткий номер со счетов мобильных телефонов списываются гораздо большие суммы денег, чем указано на рекламном баннере, или при блокировании компьютера рекламным баннером требуется отправить платное смс-сообщение для разблокировки, но деньги со счетов списываются, а компьютер остается не разблокированным.

**Создание подставных страниц, кража личной информации,**

**размещенной в социальных сетях (имя, фотография, адрес,**

**телефон, список контактов) и использование ее для создания страниц-клонов**

Часто такие подставные страницы сопровождаются угрозами, а также ложной и оскорбительной информацией о владельце страницы.

**Куда можно обращаться, если вы или ваш ребенок**

**подвергается Интернет-угрозам**

**«Горячая линия» Центра безопасного интернета в России**

На «Горячую линию» можно попасть **круглосуточно**, набрав адрес **nedopusti.ru** и**saferunet.org** и нажав на красную кнопку «Горячая линия».

**Линия помощи «Дети онлайн»**

Линия помощи «Дети онлайн» — служба телефонного и онлайн 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 9.00 до 18.00 по рабочим дням, время московское, звонки по России бесплатные)**; - по электронной почте [helpline@detionline.com](mailto:helpline@detionline.com)  - на сайте [www.detionline.com](http://www.detionline.com/) .

На Линии помощи психологическую и информационную поддержку оказывают психологи, прошедшие специальную подготовку по психологическому и информационному консультированию по проблемам безопасного использования детьми и подростками интернета и мобильной связи.

**4. Что делать и куда обратиться, если в семье бьют ребенка?**

Семья, материнство и детство находятся под охраной государства, данное положение нашло отражение в Главном законе страны - Конституции РФ. В обязанности родителей входит защита права и законных интересов своих детей. Законные представители не вправе причинять вред психическому и физическому здоровью несовершеннолетним детям.

Физическое насилие по отношению к ребенку является одним из видов жестокого обращения, наравне с психическим насилием и покушением на половую неприкосновенность.

ВАЖНО: Если ваши соседи бьют детей или в семье знакомых родители или отчим избивают ребенка, то в такой ситуации следует немедленно обратиться с заявлением в полицию или органы опеки и попечительства по месту фактического нахождения ребенка.

Ребенок вправе самостоятельно обращаться за защитой в орган опеки и попечительства, а по достижении возраста четырнадцати лет - в суд.

Сотрудники социальной службы и правоохранительных органов в кратчайшие сроки проведут проверку по обращению и в случае подтверждения факта избиения ребенка примут меры по его изъятию из семьи и привлечению родителей к ответственности.

Также, Вы можете обратиться по телефону доверия правоохранительных органов, прокуратуры и организаций, являющихся субъектами социальной профилактики.

**5. Как защитить ребенка от влияния**

**религиозных и тоталитарных организаций и сект**

Что делать? Как помочь запутавшемуся ребенку?

1. Прежде всего, не впадать в панику.

2. Не пытайтесь рациональным путем объяснить ребенку, что все, о чем ему говорят в секте, - это бред. Это никогда не срабатывает, только может испортить и без того напряженные отношения. Сектанты прекрасно понимают, что в реальности (несмотря на то, что их разветвленной и мощной структуре противостоит всего лишь одна семья) именно семья сильнее любой секты. Поэтому они пытаются спровоцировать полный разрыв отношений с близкими: в секте проповедуется, что родители, например, «одержимы дьяволом», «загрязняют карму» адепта и, попросту говоря, они - его самые страшные враги, истинная же семья здесь, в секте. И нервная эмоциональная реакция родителей будет только на руку секте.

3. Если вы заметили в ребенке интерес к христианской секте на начальном этапе подобного увлечения, обязательно попытайтесь сводить его в православный храм и убедить пообщаться со священником. Все христианские секты нарушают заветы Библии, Евангелия, но указать на подобные нарушения может только специалист. На начальном этапе священнику обычно удается убедить подростка в его заблуждениях.

4. Но, с другой стороны, не стоит и притворяться, что вам нравятся происходящие с ребенком перемены. Это либо укрепит его в истинности веры, либо положит конец всяким остаткам доверительного отношения к вам (если он обнаружит, что вы лицемерите). Однако вы можете мягко обращать внимание вашего близкого на явные противоречия в его поведении и высказываниях, в то же время не вынуждая эти противоречия объяснять. Нужно понять, что ваш ребенок находится в психологической зависимости от группы, сознание его подавлено и заменено набором сектантских поведенческих, эмоциональных и мыслительных штампов. И здесь первоочередная задача - удержать хотя бы минимальный контакт с подлинной личностью вашего ребенка. Так что по возможности сохраняйте спокойствие, чувство такта, будьте открыты к диалогу, вспоминайте о радостных и светлых моментах жизни, которые были в вашей семье до секты. Это оставит ребенку эмоциональную ниточку, по которой он сможет выбраться из психологического лабиринта.

5. Не опускайте руки, не сдавайтесь ни в коем случае. И не тяните резину - чем дольше ребенок находится в секте, тем труднее его оттуда выцарапать. К тому же он взрослеет и вскоре может заявить - я уже совершеннолетний, до свидания, больше меня дома не ждите.

6. Кроме того, следует собирать всю возможную информацию о секте, ибо вам необходимо понять, чем они зацепили ребенка, почему им удается его удержать.

Часто помощь пострадавшим начинается с выявления и устранения источника тех проблем, что загнали его в секту, и здесь вряд ли можно обойтись без помощи психолога. Именно опытный профессионал покажет, где вы были не правы, поможет перестроить отношения в семье. Кстати, здесь очень важно не ошибиться с поиском психолога, чтобы не нарваться на мошенника, непрофессионала или... очередного сектанта, действующего под вывеской скорой психологической помощи. Ищите человека, который уже работал - и успешно - на данном направлении. Обратите внимание на его диплом, возьмите рекомендации от тех, кому он уже помог, соберите отзывы коллег. Хорошо бы, чтобы психолог работал в одной связке с действующим психиатром. Ведь многие жертвы сект выходят оттуда с так называемым культовым посттравматическим расстройством личности.

Налаживайте контакты с людьми, у которых то же несчастье, зовите на помощь школу, ответственных чиновников, в том числе и в Департаменте образования, в правоохранительных органах.

Помните: это - ваш ребенок. Ваше право и долг спасать его. Но не физической силой (грубо удерживая дома), а силой любви, против которой пасуют все секты мира. Как правило, при таком подходе где-то через полгода, ребенка удается вырвать обратно - из секты в родительский дом.

**Куда можно обращаться за помощью:**

**Телефонная линия Следственного комитета «Ребенок в опасности»**

8-800-200-19-10,

**Единый детский телефон доверия**, куда могут звонить и родители за помощью психолога: 800-2000-122,

**6. Что делать, если вы подозреваете ребенка**

**в употреблении наркотиков?**

Большинство родителей, дети которых начинают употреблять наркотики, сталкиваются с вопросом – что делать и как себя вести в этой ситуации. Нужно ли что-то предпринимать, если ребенок только «попробовал»? Мое глубокое убеждение – действовать нужно непременно, нельзя оставлять эти эксперименты без внимания. Конечно, совсем не обязательно, что ваш ребенок станет наркозависимым. Опыт употребления наркотиков может оказаться для него неприятным или безрезультатным, и он потеряет к ним интерес. Тем не менее, лучше все-таки заранее «подстелить соломки» и сделать все возможное, чтобы избежать возможной трагедии. Иначе впоследствии вы будете себя корить за бездействие.

Итак, какими же должны быть ваши действия? Вот рекомендации:

1. В первую очередь, вы должны откровенно поговорить с ребенком. В этой беседе по душам нужно выяснить, почему он начал употреблять наркотики, когда и при каких обстоятельствах это произошло. Спросите также о том, как сам ребенок относится к сложившейся ситуации и что он намерен делать в дальнейшем. Этот разговор очень сложный – и для вас, и для вашего ребенка, – поэтому очень важно, чтобы вы повели себя правильно. Не кричите на ребенка, не закатывайте скандалов и не обвиняйте его во всех тяжких. Постарайтесь вести себя спокойно и по-деловому. Открыто и честно скажите ребенку, что вы очень беспокоитесь за его судьбу и с чем связана ваша тревога. Вместе с тем, не делайте вид, что все нормально. Скажите ребенку, что он, конечно, хозяин своей судьбы, но вы, несмотря на всю свою любовь, не станете никоим образом поощрять его пагубные привычки. Что вы не станете его жалеть, не будете помогать ему деньгами и т.д. Что вашу всестороннюю помощь он может получить только в одном случае – если он осознанно и искренне будет стремиться «завязать» с наркоманией. Ваш ребенок должен понять, что ответственность за свои поступки придется нести ему самому: никто не будет отдавать его долги, защищать от наркоторговцев, опекать в учебе или на работе. Главное – дать понять, что вы не собираетесь позволять ему портить жизнь родным и близким.

2. Если вы уже точно удостоверились, что ваш ребенок принимает наркотики регулярно и является наркозависимым. Не пытайтесь укрыться от проблем, признайте случившееся и продумайте систему целенаправленных действий для лечения и реабилитации наркомана.

Если ребенок употребляет наркотики, ему потребуется незамедлительное лечение в специализированном учреждении.

В таких центрах работают опытные наркологи, практикующие самые эффективные методы лечения детской наркомании.

Родителям следует знать, что лечение и реабилитация наркозависимых может затянуться не на один год. Поэтому для помощи своим детям им должно хватить любви и терпения.

Этот фактор считается одним из ключевых аспектов успешной реабилитации ребенка, попавшего в зависимость от наркотиков. Эффективность лечения также зависит от настроя самого наркозависимого. Важно, чтобы это была не принудительная терапия, а собственное желание ребенка.

САМОЕ ГЛАВНОЕ – НЕ ПРЕДПРИНИМАТЬ ПОПЫТКИ САМОЛЕЧЕНИЯ!

Этого не стоит делать по нескольким причинам:

Ввиду неэффективности. Вы не сможете круглосуточно контролировать ребенка, полностью защитив его от риска повторного употребления.

Ввиду сильной физической и психологической зависимости. Наркоманы не осознают того, что у них есть серьезные неприятности.

Ввиду риска разрушить отношения. Подростковый возраст – непростой жизненный период, во время которого авторитет родителей практически исчезает. Если вы будете что-либо запрещать, дети будут делать вам это назло.

Единственное разумное решение – профессиональная медицинская помощь и комплексная программа реабилитации.

**Единый детский телефон доверия**, куда могут звонить и родители за помощью психолога: 800-2000-122,

**7.Защита от экстремизма**

Мало кто из нас может сказать с уверенностью, что защищён от проявлений экстремизма и терроризма. Особенно это утверждение справедливо по отношению к подрастающему поколению россиян.

Примерно с 12-13 лет у подростков начинается активное становление личности. И как раз в этом возрасте ребёнку свойственен юношеский максимализм. Очень часто деструктивные силы используют эту возрастную особенность несовершеннолетних в своих экстремистских целях, подавая свои идеи под маской патриотического или религиозного воспитания.

Опасность от влияния экстремистских направлений подстерегает детей, когда они оказываются предоставленными сами себе – во внеурочное время, на улице. Самостоятельно, без сопровождения взрослых, передвигаясь по улице, ребенок не защищен от посторонних людей и от той информации, которую эти люди могут преподнести.

Ещё одним фактором риска для подрастающего поколения является Интернет. С одной стороны это сконцентрированный кладезь знаний, а с другой – богатый источник угроз и опасностей, методы противодействия которым зачастую не успевают за их ростом.

Будьте внимательны, пользуясь информацией, размещённой в сети Интернет. Если Вы обнаружили материалы, содержащие идеи, направленные на разжигание межнациональной вражды и прочие крайне радикальные настроения – немедленно сообщите об этом на **портал Общественной палаты Российской Федерации** (**https://www.oprf.ru/)**. С помощью формы, размещённой на этом портале, Вы можете выслать ссылку на интернет-ресурс или аккаунт Твиттер, Фейсбук, ВКонтакте, на котором ведётся пропаганда терроризма, межнациональной и межрелигиозной вражды. После экспертной оценки адрес ресурса будет передан в органы власти для блокирования, а содержащаяся в нём информация будет использована в разработке стратегии по противодействию подобным материалам.

Заявление о закрытии сайта на котором распространяется информация экстремистского характера можно подать на **сайте МВД РФ: https://mvd.ru/request\_main**

Любой пользователь интернета может пожаловаться на сайты, на персональные страницы или страницы сообществ в социальных сетях, если они содержат противозаконную информацию. Для этого нужно перейти на **сайт Роскомнадзора http://eais.rkn.gov.ru/** и заполнить форму жалобы в разделе "Прием сообщений" **http://eais.rkn.gov.ru/feedback/**

**Куда еще можно обратиться:**

**Единый детский Телефон доверия**: 8-800-2000-122

ИНФОРМАЦИОННАЯ БАЗА ОРГАНИЗАЦИЙ, ОКАЗЫВАЮЩИХ

ПОМОЩЬ ЛЮДЯМ В КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЯХ

**I. Телефоны доверия, оказывающие психологическую помощь**

1. Детский телефон доверия с единым общероссийским телефонным номером (для детей, подростков и их родителей) звонки бесплатны и анонимны **8-800-2000-122**

2. Всероссийский телефон для женщин, пострадавших от насилия, звонки бесплатны (с 07.00 до 21.00 с понедельника по пятницу) **8-800-700-06-00**

3. Многопрофильная психологическая помощь взрослым (психолого-терапевтическая) бесплатно, круглосуточно**8-800-200-47-03**

4. Телефон психологической помощи онкологическим больным и их родственникам (круглосуточно, бесплатно) **8-800-100-01-91**

5. Кабинет онлайн консультирования «ProPsyTeen»

Для подростков, молодежи и их родителей создан кабинет on-line консультирования, где у пользователей есть возможность задать вопросы профессиональным психологам и психотерапевтам -**www.propsyteen.ru.**

**II. Всероссийские телефоны, оказывающие консультативно-информационную помощь**

1. «Дети онлайн» (кибербуллинг (интернет травля), хеппислепинг (фиксация на камеру физического нападения, избиения жертвы с последующим размещением ролика в интернете) и другие вопросы, связанные с посещением онлайн пространства детьми) ежедневно с 9.00 до 18.00 час., **8-800-25-000-15**

2. Телефон доверия «Ребенок в опасности» юридическая и правоохранительная помощь (бесплатно, не анонимно) **8-800-200-19-10**

3. Горячая линия правовой помощи семьям с детьми-инвалидами (бесплатная консультация юриста) **8-800-550-33-41**

4. Телефон доверия главного управление МВД России (звонок бесплатный) (предназначен для приема и учета сообщений граждан о преступлениях и иных правонарушениях, совершенных либо совершаемых сотрудниками органов внутренних дел) **8-800-100-26-26**

5. Горячая линия по вопросам лечения наркотической, алкогольной и других видов зависимостей «Точка трезвости» (круглосуточно, бесплатно) **8-800-200-32-02**

6. Консультирование по вопросам зависимостей (психологи, врачи, круглосуточно, бесплатно) **8-800-200-02-00**

7. «Равное право на жизнь» врачи-онкологи (с 9.00 до 21.00, по будням, бесплатно) **8-800-2000-22-00**

9. Консультативный телефон по детской онкологии (врачи-онкологи, с 10.00 до 16.00, будни, бесплатно) **8-800-200-06-09**