**Как пранки превращаются в реальные консультации: интервью с психологами Детского телефона доверия**

26.11.2019

**Это был пранк?!**

В молодежной среде очень популярен такой вид развлечения, как розыгрыши. Подшучивая над кем-то, многие пытаются избавиться от скуки, показать себя «крутыми» перед друзьями и подписчиками, а также проверить личные границы и возможности, преодолеть страхи и комплексы. В большинстве своем это еще и повод прославиться.

Изначально пранк был телефонным розыгрышем, но сегодня все чаще стали записывать ролики с шутками на мобильные телефоны и выкладывать их в социальные сети. В них подростки говорят родителям о том, что разбили только что подаренный планшет или телефон, девушки назначают парням свидания, на которые не приходят, подростки пристают к прохожим со странными вопросами, пугают и прикидываются зомби. Как правило, цель таких «юмористических» экспериментов — спровоцировать человека на проявление сильных эмоций в стрессовой ситуации и посмотреть на его реакцию. Многие из пранков вполне безобидны, они вызывают улыбку и у самих жертв экспериментов, но есть и опасные, злые шутки, которые могут серьезно обидеть человека и повлиять на его психологические здоровье, навредить репутации и отношениям с окружающими.

***В каждой шутке есть только доля шутки***

С пранками иногда сталкиваются и консультанты **Детского телефона доверия 8 800 2000 122.** Нам звонят подростки с вымышленными историями. Они могут начать разговор агрессивно или с провокационного вопроса, пытаться знакомиться и флиртовать с психологами.

Но несмотря на подобное начало, основная часть звонков-розыгрышей превращается в полноценные консультации, ведь у каждого поступка, даже шутливого и циничного, есть причина и мотив. Парадокс в том, что тема и форма розыгрыша вовсе не случайны для пранкера — что-то действительно его волнует и задевает, и за шуткой над психологом может скрываться неумелая попытка коснуться наболевшего вопроса, который адресован не случайному человеку, а готовому принять его и понять.

***Случаи из практики***

Как шуточный звонок становился поводом поговорить по душам?

—**Как чаще всего подростки пытаются разыграть консультанта?**

— *Например, звонят и начинают знакомиться, рассказывать анекдоты, приглашают в гости, или сообщают про инопланетян, просят спасти от мухи, которая летает в комнате. Ситуации очень разные, бывают забавные, милые, но случаются и агрессивные звонки с угрозами и оскорблениями.*

**— Что движет подростками, почему они решают «поприкалываться» над консультантом?**

— *Причины у всех разные, кто-то не знает, как познакомиться с девочкой, и так пытается потренироваться, кому-то скучно и одиноко, и просто хочется поговорить о чем угодно, кого-то очень сильно обидели, и ему нужно выплеснуть свой негатив. Кто-то проверяет, можно ли иметь дело с психологами телефона доверия, прежде чем рассказать о своей настоящей проблеме.*

**— Как психологам Детского телефона доверия удается не попасться на уловку и провести консультацию?**

— *Для нас важно всегда помнить о том, что каждый позвонивший имеет право на помощь и поддержку, что за шуткой и злостью скрываются переживания и вопросы. Для психолога не допустимы заигрывания со звонящими, агрессивная реакция на их поведение, но в то же время ему важно обозначать правила и нормы общения, что приемлемо при разговоре с консультантом, а что нет. Например, дать понять, что нельзя использовать мат, или что важно отвечать на вопросы психолога. Если специалист догадывается о мотивах поведения ребенка, то может переключить разговор на обсуждение реальной жизненной ситуации, чувств и переживаний. Именно после этого маски снимаются, и начинается настоящая консультация.*

**— Можете привести несколько примеров, когда звонок-пранк перешел в режим консультации?**

* *Позвонил молодой человек и предложил консультанту познакомиться поближе и сходить с ним на свидание, шутил и флиртовал, всячески давая понять, что он решил креативно подойти к вопросу своей личной жизни. Консультант ответил, что сотрудники Телефона доверия не могут знакомиться и встречаться с ребятами, которые им звонят. После чего спросил у подростка, есть ли в его в окружении девочки, которые ему очень нравится, и которых хотелось бы пригласить на встречу, чем они интересны и привлекательны, и что мешает ему дружить с ними. В результате беседы выяснилось, что все друзья парня уже «при подругах», но ему никто из его круга не нравится —скучно с ровесницами, а девочки более старшего возраста не воспринимают его всерьез, и к ним очень страшно подходить, ведь «они и послать могут при всех». Далее психолог узнал, что чувствует подросток, и дал рекомендации, как найти своего человека, как презентовать себя девушке, которая нравится, как поддержать уверенность в себе и справиться с волнением и страхом, что тебя отвергнут.*
* *Был не менее яркий случай, когда девочка позвонила и спросила консультанта, верит ли она в инопланетян. Рассказала, что сама она верит, потому что они к ней много раз прилетали и вступали в контакт. В ходе беседы психолог уточнила, разделяет ли кто-то из ее семьи и друзей это увлечение. Выяснилось, что родителям все равно, а друзей у нее нет. Дальше обсуждение шло об отношениях девочки с родителями и о возникающих сложностях в установлении дружбы. Мы неосознанно придумываем, кем заменить близких людей, привлекаем к себе внимание, порой даже демонстративно и странно —так хочется простого, дружеского, теплого общения, чтобы не чувствовать себя чужим, как с другой планеты.*

**Детский телефон доверия был создан, чтобы помогать всем, кто в этом остро нуждается. Мы понимаем, что не всегда человек готов прямо и открыто просить о помощи или о совете. Порой через злую и неуместную шутку, любопытство и проверку реакции психологов вы подаете сигналы о том, что нуждаетесь в серьезном к вам отношении, в понимании, принятии и готовности говорить на далеко не шуточные темы. Звоните — нам можно доверять, и не проверять!**