**Мероприятия,**

**направленные на профилактику правонарушений, преступлений,**

**суицидального поведения**

**среди несовершеннолетних подростков**

**Практическое занятие для обучающихся 5 – 6 классов**

**«Проступок. Правонарушение. Преступление»**

**Цели:**

* Дать учащимся представление о проступке, правонарушении, преступлении, наказании за них, научить различать эти понятия.
* Развивать представление о том, что проступок, правонарушение, преступление отрицательно влияют на окружающих людей, совершение подобных действий может караться законом.
* Воспитывать позитивное отношение к окружающему миру.

**Оборудование:** красные и зеленые карточки у каждого учащегося; «Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях», «Уголовный Кодекс Российской Федерации», задание на листах для малых групп. Презентация.

**Ход занятия**

***1. Организационный момент. Сообщение темы занятия.***

- Ребята, сегодняшнее наше занятие будет посвящено теме: «Проступок. Правонарушение. Преступление».

***2. Основная часть.***

***2. 1. Беседа.***

- Что общего между проступком, правонарушением и преступлением? *(Все они обозначают нарушение каких-либо правил или законов).*

- Можем ли мы сказать, что эти понятия обозначают одно и то же? Да – нет? Почему? *(Наверное, нет. Проступок и преступление не одно и то же. За проступок вряд ли могут посадить в тюрьму или оштрафовать, как за правонарушение или преступление).*

- Рассмотрим несколько ситуаций.

*Ситуация № 1.*

Пятиклассник Дима приезжает каждый день в школу, но уроки не посещает, а бродит по территории близлежащей к школе, катается на велосипеде. Как можно расценить поведение Димы, как проступок, правонарушение или преступление? *(Проступок, так как Дима ничего противозаконного не совершил).*

- Что же он все-таки нарушил тем, что не посещал уроков в школе? *(Устав школы).*

- А в нашей школе есть устав? *(Да).*

- Вспомним его вместе. *(Учащиеся в образовательном учреждении обязаны: добросовестно учиться, выполнять задания по теме занятий; не пропускать без уважительной причины занятия и не покидать их раньше окончания, не опаздывать на занятия; бережно относиться к имуществу учреждения и в случае его порчи восстанавливать за счет средств родителей; уважать честь и достоинство других учащихся и работников школы).*

- Чем же будет считаться нарушение какого-либо пункта устава школы? *(Проступком).*

- Предусмотрено какое-либо наказание за проступок? Какое? *(Да. Ученик может получить за него выговор, директор может вызвать в школу родителей).*

- Рассмотрим следующую ситуацию и также попробуем определить, о чем идет речь: о проступке, правонарушении или преступлении.

*Ситуация № 2.*

Одиннадцатиклассники Саша, Женя и Максим поджидали детей из начальных классов за углом школы, отбирали у них деньги и говорили, что если они кому-нибудь расскажут, им не поздоровится. Как можно классифицировать действия Саши, Жени и Максима, как проступок, правонарушение или преступление? *(Проступком их действия назвать нельзя, так как они противозаконны. Скорее всего, эти ребята совершили преступление).*

- Вы абсолютно правы. Действия Саши, Жени и Максима действительно противозаконны. Они совершили вымогательство – преступление, предусмотренное ст. 163 Уголовного Кодекса Российской Федерации (показывается издание «Уголовный Кодекс Российской Федерации»).

- В «Уголовном Кодексе Российской Федерации» описаны все виды преступлений, за которые предусмотрена уголовная ответственность.

- Представьте себе следующую ситуацию.

*Ситуация № 3.*

Десятиклассники Саша, Оля, Наташа и Игорь в выходной день собрались пойти на дискотеку. По дороге они зашли в круглосуточный магазин и купили бутылку вина. В аллее около Дома Культуры ребята распили вино. Как можно расценить их поведение? *(Это не преступление. По всей видимости, это правонарушение, так как они распивали вино в общественном месте на территории Дома Культуры).*

- Верно, это административное правонарушение, предусмотренное статьей 20.20 части 1 Кодекса об административных правонарушениях Российской Федерации – «Распитие алкогольной продукции в общественных местах».

- Итак, мы рассмотрели несколько различных ситуаций. Попробуем теперь дать определение проступку, правонарушению, преступлению.

- Проступок – это *…(Проступок – это нарушение правил поведения; вызывающее поведение).*

- Проступок – это такое нарушение, которое не может рассматриваться как преступление или правонарушение (нарушение правил поведения, вызывающее поведение).

Приведите свой пример проступка. (Ученик нарисовал ручкой в тетради соседа по парте, не поздоровался с директором школы или учителем).

- Сформулируем определение правонарушения. *(Правонарушение – это нарушение закона, за которое предусмотрено наказание для взрослых людей и подростков с шестнадцатилетнего возраста).*

- Ребята, за административное правонарушение ответственность наступает с 16 лет. Кто же несет ответственность за ваши действия, если вам еще нет 16-ти лет? *(Родители).*

- Какое наказание вы или ваши родители могут понести за совершенное вами административное правонарушение? *(Штраф; подростка могут поставить на учет в милицию).*

- Правильно: предупреждение, штраф, могут поставить на учет в милицию, а могут ли за административное правонарушение посадить в тюрьму? *(Нет. В тюрьму сажают за преступления).*

- Дайте определение преступлению. *(Преступление – это серьезное нарушение закона взрослыми людьми или несовершеннолетними, достигшими возраста привлечения к уголовной ответственности).*

- Со скольки лет наступает уголовная ответственность? *(С 14-ти лет).*

- За тяжкие преступления (грабеж, кража, разбой и другие) ответственность наступает с четырнадцати лет. Какое наказание ждет подростков, достигших четырнадцатилетнего возраста за перечисленные преступления? *(Их могут отправить в колонию, либо в какое-нибудь учреждение закрытого типа).*

- Суд может лишить подростка свободы и направить его в места отбывания наказания (воспитательно-трудовые колонии для несовершеннолетних преступников). Суд может приговорить подростка к условной мере наказания и отпустить на свободу, установив ему ряд ограничений. Если подросток продолжает совершать правонарушения, то суд отменит условное наказание и направит его в места лишения свободы.

***2. 2. Игра «Верно – неверно».***

- Я предлагаю вам поиграть в игру «Верно – неверно». У каждого из вас на столах лежат красные и зеленые карточки. Вы берете их в руки. Я зачитываю ситуации по порядку и в конце высказываю свое мнение. Например, говорю, что это проступок. Вы, если согласны со мной, поднимаете зеленую карточку, если нет – красную. Всем понятны правила?

Ситуация № 1.

Лиза и Ирина решили после школы отправиться в парк. Когда они туда пришли, там была группа мальчишек, которые сказали девочкам, что они вторглись на их территорию, что здесь гулять им нельзя, и если Лиза и Ирина не уйдут, то им придется плохо. Я считаю, что это проступок. *(Дети поднимают карточки).*

- Объясните, почему это проступок?

- Названные мальчики не нарушили закон, то есть не совершили ни правонарушение, ни преступление, следовательно, их действия можно расценить как проступок.

- Есть ли у девочек выбор? *(Они должны или уйти или попробовать поговорить с ребятами).*

- Что они могут им сказать? *(Они могут сказать, например, что не будут им мешать, просто погуляют в парке и уйдут).*

- А если ребята начнут вести себя агрессивно, будут все равно их выгонять и угрожать? *(Тогда лучше уйти, не идти с ними на конфликт).*

- Должны ли Лиза и Ирина рассказать кому-нибудь о случившемся? И если должны, то кому? *(Да, родителям, старшим братьям, милиционеру).*

Ситуация № 2.

Татьяна одна поздно вечером возвращалась домой после дискотеки. К ней подошла группа подростков, ее окружили. Один из парней вырвал из рук Татьяны сумочку, другой сорвал с нее золотую цепочку. Подростки пригрозили ей, что если она кому-нибудь расскажет о случившемся, то они ее найдут и разберутся с ней. Я считаю, что это правонарушение. Вы со мной согласны? *(Дети поднимают карточки).*

- Почему вы не согласны со мной? Что же это по-вашему? *(Это преступление).*

- Назовите, какое именно преступление. *(Кража. \ Грабеж).*

- Так что же это кража или грабеж? В чем их различие? *(Это грабеж – открытое хищение чужого имущества, а кража – это тайное хищение чужого имущества).*

- Вы абсолютно правы. Должна ли Татьяна рассказать кому-нибудь о случившемся? Кому? *(Конечно, должна рассказать родителям и заявить в милицию).*

- Татьяна должна незамедлительно сообщить обо всем в милицию. По «горячим следам» найти преступников легче, чем спустя день-два. Был ли шанс у Татьяны избежать данной ситуации? *(Да, ей не нужно было идти одной в позднее время).*

- Татьяне нужно было кого-нибудь попросить, чтобы ее проводил домой с дискотеки, либо идти вместе с подружками, либо попросить, чтобы ее кто-нибудь из родственников встретил.

Ситуация № 3.

Маша стала замечать, что у нее в школе пропадают деньги из кошелька. Однажды она увидела, как несколько девочек роются в ее сумке. «Что вы делаете? Так это вы воруете? Я всем об этом расскажу?», – сказала Маша. «Попробуй. Мы сделаем так, что тебе придется уйти из этой школы», – ответили ей девочки. Я считаю, что это проступок. Вы согласны? *(Дети поднимают карточки).*

- Я вижу, что большинство из вас со мной не согласны. Тогда что же это по вашему мнению? *(Преступление).*

- Какое именно? *(Кража – тайное хищение чужого имущества).*

- Должна ли Маша рассказать о случившемся? Кому? *(Конечно, должна рассказать учителю, родителям. Родители могут заявить об этом в милицию).*

- Как бы вы поступили в такой ситуации? *(Рассказал бы отцу. \ Рассказал бы учителю. \ Сказала бы, чтобы они вернули украденные деньги).*

Ситуация № 4.

Группа ребят из 11 класса вела себя вызывающе: они сквернословили, награждали своих одноклассников и учителей обидными кличками, курили, несмотря на запрет, в туалете. Писали на стенах непристойные слова. Приходили на дискотеку выпившими, затевали драки, приставали к малышам. Потом выяснилось, что они отбирают деньги у младших школьников. Когда их одноклассники Алексей и Дима предупредили их, чтобы они прекратили отбирать деньги у малышей, ребята их жестоко избили. По-моему это преступление. Согласны? *(Дети поднимают карточки).*

- Какое преступление совершила группа одиннадцатиклассников? *(Они избили Алексея и Диму. Это – нанесение побоев).*

- Верно. А когда они забирали деньги у малышей, это было преступлением? *(Да, это грабеж).*

- Таким образом, ребята совершили два разных преступления. Как бы вы поступили на месте Алексея и Димы? *(Тоже попытались бы заступиться за малышей. \ Рассказали бы об этом директору школы или учителю).*

***2. 3. Работа в группах.***

- Итак, мы с вами вместе попытались разобраться в понятиях проступок, правонарушение, преступление, а теперь аналогичное задание вам предстоит выполнить в группах.

- Первый ряд у нас будет первой группой, второй ряд – второй группой, и третий ряд – соответственно третьей группой.

- Группы, сядьте за круглые столы. Прежде, чем начать выполнять задание повторим правила работы в малых группах.

- Каждый имеет право высказать свое собственное мнение. Прежде чем что-то сказать, нужно подумать. Формулировать свои выражения просто и ясно. Уметь слушать и быть услышанным. Уважать мнение каждого члена группы. Не оскорблять, не унижать другого, даже если наши точки зрения не совпадают. Уметь дискутировать и делать общее заключение. Уметь обсуждать заданную проблему за отведенное время.

- Задание: обсудить каждую из предложенных ситуаций, определить, о чем идет речь: о проступке, правонарушении или преступлении и обосновать свой ответ.

*Каждая группа получает лист с заданием.*

*Варианты заданий:*

*1) Толя, учащийся средней школы, был замечен в спортивном зале курящим, с пачкой сигарет в кармане.*

*2) Света, ученица девятого класса, убежала из дома, живет у подруги, но продолжает ходить в школу.*

*3) Женщина, проживающая на улице напротив школы, продавала школьникам наркотики.*

*4) От Димы пахло алкоголем, это заметил учитель физкультуры, когда Дима, шатаясь, шел по коридору школы.*

*5) Третьеклассники Вова и Андрей каждый день опаздывают на уроки.*

*6) На уроке физкультуры Женя оступился и нечаянно толкнул Влада. Влад разозлился и ударил Женю кулаком в плечо и в живот.*

*Дети работают в малых группах.*

- Я вижу, все справились с заданием. Посмотрим, что у вас получилось. Первую ситуацию зачитывает группа № 1. *(Один учащийся зачитывает ситуацию вслух и дает определение ситуации).*

- Все согласны, что это правонарушение? Докажите. *(Да. Курить в общественных местах запрещено).*

- Где об этом говориться? *(В «Кодексе об административной ответственности»).*

- Верно. Группа № 2 зачитывает следующую ситуацию. *(Один учащийся зачитывает ситуацию вслух и дает определение ситуации).*

- Группы № 1 и № 3 согласны с тем, что это проступок? *(Да. Света не нарушила закон. Она, наверное, поссорилась с родителями. Устав школы она также не нарушила, так как продолжает ходить в школу).*

- Следующую ситуацию рассмотрит группа № 3. *(Один учащийся зачитывает ситуацию вслух и дает определение ситуации).*

- По вашему мнению, это преступление. Все согласны? *(Да).*

- За что можно привлечь эту женщину к уголовной ответственности? *(За распространение наркотиков).*

- Верно. Это статья 228 Уголовного Кодекса Российской Федерации, которая включает в себя сбыт наркотических средств.

- Следующую ситуацию под № 4 рассмотрит первая группа. *(Один учащийся зачитывает ситуацию вслух и дает определение ситуации).*

- Группа № 1 решила, что это проступок. Вы согласны с ними? *(Это правонарушение. Дима находился в общественном месте в состоянии алкогольного опьянения).*

- Верно, это статья 20.21 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях – Появление в общественных местах в состоянии опьянения, оскорбляющем человеческое достоинство и общественную нравственность.

- Группа № 2 зачитает ситуацию № 5.

- По мнению группы № 2, это проступок. Согласны? *(Да. Нарушения закона здесь нет. Вова и Андрей нарушили устав школы).*

- И последнюю ситуацию рассмотрит группа № 3.

- Что же на самом деле совершил Влад: правонарушение или преступление? *(Возможно, что преступление, если он достиг возраста, с которого наступает уголовная ответственность).*

- Если Владу уже исполнилось 16 лет, то его действия будут считаться преступлением, предусмотренным статьей 116 Уголовного Кодекса Российской Федерации: совершение насильственных действий, причинивших физическую боль, но не повлекших серьезных последствий для здоровья потерпевшего.

- Молодцы, ребята! Все группы отлично справились с заданиями.

***3. Итог занятия.***

- Что же такое проступок? Дайте определение своими словами.

- Что такое правонарушение?

- Дайте определение преступлению.

Спасибо всем за работу.

**Психологическое занятие для обучающихся среднего звена**

**«Настроение – о,кей!»**

**Цели:**

* ознакомить детей с понятием «настроение»;
* ввести наглядные образы, символизирующие разные настроения;
* профилактика негативных эмоциональных состояний;
* развивать у детей умение управлять своим настроением, распознавать свое негативное эмоциональное состояние.

**Оборудование:** индивидуальные таблицы для упражнения «Что может повлиять на моё настроение», картинки с образами настроения, дневники настроения учащихся, «психологические зеркала», пиктограммы. Презентация.

**План занятия:**

1. Организационный момент.

2. Разминка.

3. Введение в тему:

• работа с эпиграфом;

• вступительное слово.

4. Основная часть:

• работа над понятием «настроение»;

• упражнение «Что может повлиять на ваше настроение»;

• работа с картинками «Три настроения»;

• приёмы повышения настроения;

• ознакомление учащихся с работой по дневникам настроения;

• ситуация – проба «успокой приятеля».

5. Рефлексия.

6. Вручение «психологических зеркал».

**Ход занятия**

**1. Организационный момент**

– Наша встреча посвящёна очень интересной и важной, на мой взгляд, теме. Но вот какой, вы узнаете чуть позже, а сейчас проведём разминку.

**2. Разминка.**

• Поздоровайся с соседом справа и сообщи о чём-то приятном.

• По команде «Хлопок» меняются местами те, кто пришёл в школу в хорошем настроении, имеет много друзей, рад, что он ученик своего класса и т.д.

**3. Введение в тему.**

Работа с эпиграфом

– Итак, тема нашего занятия…

Попробуйте догадаться, выслушав мой рассказ.

«Однажды я зашла в мастерскую, где что-то изготовляли на заказ. И услышала странный разговор продавца и заказчиков. «Вы заказывали жизнерадостное, бодрое? Пожалуйста, получите. Оно необходимо для праздников, субботников, турпоходов». «Вам что-нибудь для поэтического салона? Да-да, мы приготовили вам, как просили. А вам приготовлено тревожно-напряжённое».

– А на доске объявлений висело не менее странное объявление «Требуется настройщик!»

– Догадались, какой теме будет посвящено наше занятие? (Настроению.)

– Верно.

«Бывают чувства у зверей?

У рыбок, птичек и людей?

Влияет, без сомнения,

На всех нас настроение».

– Как настроение может влиять на нас всех? *(ответы детей).*

**4. Основная часть**

С разным настроением вы все пришли сегодня в школу. Кто-то идёт сюда с грустью, вспоминая, что будет контрольная работа; кому-то радостно, что он увидит друга; кого-то утром обидел близкий человек, и он идёт в школу обиженный.

*Работа над понятием «Настроение».*

– У вас на столах лежат дневники настроения и пиктограммы (Приложение 1, приложение 2). Выберите пиктограмму соответствующую вашему настроению в данный момент и наклейте её на дневник настроения.

– Что такое, по-вашему, хорошее настроение? (Высказывания детей.)

– Слово «настроение» – от слов «строй», «настраивать». Звуки наших внутренних струн – эмоции. Они помимо нашего сознания, делают пометки в нашем настроении. Другими словами, наш организм все время в состоянии настройки, а результат – наше настроение. Настроение аналогично температуре тела, это – температура психики: нормальная соответствует жизнерадостности.

– От чего же зависит ваше настроение? (Дети предлагают варианты, психолог фиксирует их на доске):

• от вас самих;

• от других людей;

• от погоды;

• ни от чего не зависит.

*Упражнение «Что может повлиять на моё настроение»*

Заполните таблицу (таблица у каждого участника).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Предмет** | **Делает меня весёлым** | **Воспринимается** **без эмоций** | **Делает меня грустным** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| Физическое состояние   |  |  |  |
| Погода |  |  |  |
| Место   |  |  |  |
| Одежда |  |  |  |
| Люди |  |  |  |
| Пища |  |  |  |
| ТВ передачи           |  |  |  |
| Книги   |  |  |  |
| Время дня       |  |  |  |
| Домашние дела          |  |  |  |
| Приятели |  |  |  |
| Школьные уроки |  |  |  |

– Итак, что может повлиять на ваше настроение? Что из предложенного делает вас весёлым? А что грустным?

*Упражнение «Настроение деревни».*

– Прочитайте текст и определите, какое настроение у жителей деревни. Подчеркните слова, обозначающие названия настроений. Важно, чтобы ваше настроение не мешало вам так, как оно мешает жителям деревни.

*Работа с картинками «Три настроения».*

– Настроение у человека обычно соответствует его эмоциональному состоянию и может быть любым.

– Например, таким (показ картинки).

– Когда бывает такое настроение?

*(Когда в голову приходят отличные*

*идеи, то настроение прекрасное,*

*радостное).*

– Когда бывает такое настроение?

*(Всем доволен, все получается).*

– А такое настроение?

*(Всё плохо, с кем-то поссорился, кто-то обидел.)*

– Что чувствуете при этом?

– Как выходите из грустного состояния?

– Нужно ли ждать, когда пройдёт плохое настроение?

– Что же делать, чтобы оно прошло?

(Высказывания детей.)

*Приёмы повышения настроения.*

– Настроение можно создавать, изменять.

Существуют приёмы повышения настроения, и вы наверняка их знаете и применяете. Вот некоторые:

• Вспомните о хорошем;

• Отвлекитесь – почитайте, послушайте музыку;

• Посмотрите хороший фильм;

• Совершите прогулку;

• Сделайте физические упражнения;

• Имейте также в виду, что на настроение влияет цвет;

• Плохая освещённость.

*Ознакомление учащихся с работой по дневникам настроения.*

Настроение можно отследить в течение длительного времени.

– Существует наука о психологии цвета, а психологов, которые изучают воздействие цвета на человеческую психику, называют цветопсихологами. Цвет – близок нашим душам. Древние индусы считали человека цветоносным, а индейские йоги утверждают, что организм человека соткан из переплетающихся вибраций звуков и цветов. Сотни поколений учёных пытаются разгадать влияние цвета на наш внутренний мир. Как же воздействует цвет на человеческую душу?!

*(Психолог предлагает в течение недели с помощью цветодневника понаблюдать за своим настроением и поясняет значение каждого цвета).*

**Мой дневник настроения**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Понедельник** | **Вторник** | **Среда** | **Четверг** | **Пятница** | **Суббота** |
| **Начало занятий** | **Конец****занятий** | **начало** | **конец** | **начало** | **конец** | **начало** | **конец** | **начало** | **конец** | **начало** | **конец** |
| **Восторженное**  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Радостное,тёплое** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Светлое, приятное** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Спокойное** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Неудовлетворительное, грустное** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Тревожное, напряжённое** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Упадок, уныние** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

*Ситуация – проба «Успокой приятеля»*

– Ваш приятель не в первый раз ссорится с друзьями по двору. У него портится настроение. Его мнение: «Все соседские мальчишки (девчонки) вредные и противные!»

Задание. Поднимите другу настроение, не обижая и не оскорбляя никого (работа в парах).

**5. Рефлексия.**

– Итак, что же будем делать, когда настроение вдруг испортилось?

– Отметим наше настроение на данный момент в дневниках.

**6. Вручение «психологических зеркал».**

Психолог вручает «психологические зеркала» с приёмами повышения настроения.

**Классный час – рассуждение для обучающихся старшего звена**

**«Ценности нашей жизни»**

**Цель:** помочь учащимся осознать роль ценностей в жизни каждого человека.

**Задачи:**

1. Определить какие ценности являются для человека самыми важными

2. Выяснить в чём смысл жизни современного человека.

3. Помочь учащимся позитивно относиться к проблемам современного общества.

4. Выяснить, какая ценность является самой важной.

**Ход мероприятия:**

**1. Актуализация темы занятия:**

Объявляется тема занятия, и детей просят ответить на вопросы:

* что такое ценность?
* какие ценности вы знаете?
* как меняются ценности с течением времени?
* какие ценности для вас являются самыми важными?

Далее делается вывод, и учащихся знакомят с несколькими понятиями «ценность»

**2. Практическая работа.**

Учащиеся получают рабочие листы и вписывают ценности в пирамиду, согласно их значимости для них.

Психолог заранее вписывает в пирамиду свои ценности по их значимости для него. Далее психолог просит детей отложить свои рабочие листы и рассказывает сюжет фильма «Тебе настоящему».

**3. Обсуждение сюжета фильма «Тебе настоящему».**

«У молодой женщины Ани, ожидающей появления на свет близнецов, начинаются стремительные тяжелые роды и через неделю ее выписывают только с одной девочкой. Мужу же Ани, Михаилу - талантливому, но неизвестному журналисту, сообщают, что вторая девочка умерла.

И тут, как по мановению волшебной палочки, в семье наших героев случаются приятные неожиданности: дальняя родственница оставляет Ане немалое наследство, позволяющее молодым людям приобрести небольшую телекомпанию, которая через двенадцать лет вырастает в один из самых крупных телеканалов.

Семья успешна, известна, но самая большая радость - это чудная дочь Лиза. Кажется, большего желать нечего и жизнь прекрасна, но...

… но во время отдыха в Крыму раскрывается тайна, которую Аня носила в себе долгое время. Её вторая дочь умерла, в этом убедил врач. Но чтобы не брать тело ребёнка для захоронения, ей предложили крупную сумму денег. Она согласилась, мужа обманула, сказала, что получила наследство. Но оказалось, что девочка жива, её использовали как донора. Дочь Ани и Михаила Лиза встретила её на улице во время прогулки. Девочки, увидев друг друга, не смогла сразу понять, почему они похожи друг на друга. События разворачиваются стремительно. Тайна раскрывается, Михаил во всём обвиняет Аню, девочку удаётся в полном смысле слова спасти, так как её вторично хотели использовать как донора. Американская семья с этой целью и хотели её удочерить. Не найдя понимания и поддержки Аня улетает домой, и … Вопрос к классу. Как вы думаете, что предприняла Аня? После ответов учащихся учитель рассказывает, чем заканчивается эта история. Михаил спасает Аню, и в конце фильма, подойдя к окну, Аня видит своих девочек и Михаила. Они ждут Аню, ждут её выздоровления».

Психолог вместе с детьми обсуждает поступок Ани, и просит учащихся высказать мнение, каковы причины суицида в подростковой среде.

**4. Теоретический материал по теме занятия.**

Актуальность проблемы самоубийств среди подростков в наше время

Самоубийство? Суицид? Вопрос, о котором многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли об этом, настолько страшным и невообразимым это кажется для многих. И такое отношение к нему вполне нормально, потому что смерь сама по себе – это страшно и невообразимо. Человек не хочет умирать, в его сути биологической заложено изначально - выжить и избежать ситуаций ведущих к смерти. А вот если человек смирился с мыслью о смерти, вынашивает ее и готов к этому, вот это уже настораживает.

По официальной статистике, каждый год совершают самоубийство 1 100 000 человек, среди них 55 тысяч русских (на третьем месте).

За последнее десятилетие число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза. Среди причин смерти детей и подростков суицид занимает второе место. Ежегодно каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. Число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек. С другой стороны - девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши, но выбирают «щадящие» способы, которые реже приводят к смерти.

Как относились к суициду в разные времена, в разных странах?

Историческая справка. До 1917 г. В России действовали статьи об ответственности за самоубийство и за покушение на него.

В Англии уголовные санкции за покушение на самоубийство были отменены только в 1961 г. В мифологии древних народов считалось, что самоубийцы превращаются в вампиров. В Спарте и Афинах самоубийц сжигали со знаком презрения.

Отрицательное к этому факту обоснование можно найти в учениях Пифагора, Сократа, Платона, Аристотеля.

*Обсуждение.* Как можно было решить ситуацию в случае с Аней? (ответы учащихся).

Существование в молодёжной среде субкультуры, какие новые представления о жизни существуют в данной субкультуре.

Го́ты (англ. Goths, от англ. gothic в значении варварский, грубый) — субкультура, зародившаяся в конце 70-х годов XX века. ГОТИЧЕСКОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ. В целом готы характеризуют свое мировоззрение как «романтично-депрессивный взгляд на жизнь». Эталонному образу гота присущи: замкнутость, «частые депрессии», меланхолия, повышенная ранимость, мизантропия, эстетство, мистицизм, неприятие стереотипов поведения и стандартов внешнего вида. Также характерной чертой большинства готов является восприятие смерти как фетиша. В контексте готической культуры часто употребляется слово «танатофилия». Сами готы дают ему следующее толкование: «этот термин (танатофилия) следует рассматривать как стремление индивида к использованию практик и сюжетов, связанных со смертью и умиранием, а именно посещение кладбищ и руин, заимствование некоторых элементов декадентской эстетики, игры в вампиров (не мертвых и не живых).

**Вывод:** психолог обращает внимание на то, что дети уже назвали многие причины суицида. Это и разочарование в любви, потеря доверия и негативное отношение окружающих, большие долги, потеря близких и прочие.

**5. Дискуссия по теме занятия.**

А что объединяет суицидальные поступки? *(учащиеся находят ответ – это потеря смысла жизни).* А каков же он, смысл жизни? *(ответы учащихся.*

В чём видели смысл жизни А.С.Пушкин, Л.Н.Толстой и другие?

В чём цель жизни? Воспроизведение себе подобных. Зачем? Служить людям. А тем, кому мы будем служить, что делать? Служить Богу? Разве Он не может без нас сделать, что ему нужно. Если Он и велит служить себе, то только для нашего блага. Жизнь не может иметь другой цели, как благо, радость. Толстой Л.Н.

Счастливый человек, для жизни ты живешь! Пушкин А.С.

Смыслом жизни являются те цели, которые заставляют вас ценить её. Джеймс У.

Жизнь сама по себе является смыслом и сутью существования. Герберт Ф.

То, что я существую - для меня постоянное чудо: это и есть жизнь. Тагор. Р.

В чём смысл жизни? На этот вопрос можно найти и в разных ответах посетителей Интернет – форумов.

А в чём вы видите смысл жизни? *(ответы учащихся).*

**6. Подведение итогов.**

(После ответов учащихся учитель просит ещё раз посмотреть внимательно на ту пирамиду, которую они заполнили в начале урока).

Посмотрите на ту ценность, которая у вас на вершине пирамиды.

Учитель просит озвучить, что написали дети. Как правило, такая ценность как жизнь не встречается. Для того чтобы подвести детей к правильному ответу, можно посмотреть небольшой фрагмент фильма-сказки « Василиса Прекрасная». На вопрос паука, что дороже всего на свете герой сказки вначале называет имя Василиса, но когда он понял, что сейчас его жизнь на волоске, он меняет свой ответ и говорит - жизнь. Действительно жизнь, это самая большая ценность. Жизнь многогранна, ею надо дорожить, жизнь надо любить.

В заключение учащиеся заканчивают предложение в своих рабочих листах (Самая большая ценность – это …)

Рекомендуется детям на рабочем столе эти ценности поместить так, что бы они были всегда на виду.

**Тренинг для обучающихся среднего и старшего звена**

**«Спокойствие, только спокойствие»**

**Цель:** профилактика депрессивных состояний в подростковой среде.

**Задачи:**

1. Актуализировать стратегии поведения в стрессовых ситуациях.

2. Сформировать навыки саморегуляции.

3. Сформировать навыки конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

**Предполагаемый результат:** приобрести навыки управления стрессом в жизненных ситуациях.

**Структура тренинга:**

**1 этап (организационный) 5 мин.**

Задачи этапа:

- познакомить с правилами работы в группе;

- повысить эмоциональный фон группы;

- создать условия для дальнейшей работы на занятиях.

*1. Приветствие. Настрой на работу.*

Ритуал приветствия: все хором “Всем привет!”

Правила поведения на тренинге:

1. Один говорит – все слушают.

2. На тренинге никто не осуждается.

*2. Упражнение «Снежный ком» (5 мин.)*

Участники группы садятся в круг.

Инструкция: “Здравствуйте. Начнем нашу работу: каждый по очереди будет называть свое имя и то, что его больше всего раздражает. Не забываем, что первый говорит свое имя и нужную причину негативного настроения (поясняя причину), затем следующий говорит сначала имя и ситуацию первого человека, а потом свою и так до конца. Последний участник сначала перечисляет всех и только потом рассказывает о себе”.

Комментарии к упражнению: такое представление требует от участников внимательности. Это упражнение является ритуалом на каждом занятии, изменяется только тема – что позволяет участникам группы побольше узнать друг друга, а также способствует сплочению группы.

Вопросы для обсуждения:

1. Какие возникли трудности в ходе данного упражнения?

2. Какие ситуации было трудно пояснить?

**2 этап (основная часть)**

*1. Теоретический блок (5 минут).*

Понятие “стресс” давно и прочно вошло в повседневный обиход. Мы привыкли объяснять свои неудачи усталостью, вызванной стрессом; ежедневно выслушиваем рекомендации по борьбе с ним с экранов телевизоров; знаем, что к нему приводит обилие информации. А что же это такое — стресс?

Стресс - негативные чувства и представления, которые возникают у людей, когда им кажется, что они не в состоянии справиться с требованиями ситуации.

Знаменитый канадский исследователь Ганс Селье рассматривал стресс как реакцию на изменение обстоятельств.

В 1960-х годах американскими психологами Холмсом и Рейхом была разработана шкала перемен, оказывающих стрессовое воздействие на человека.

В соответствии с этой шкалой, в которой более 40 позиций, смерть близкого человека соответствует 100 баллам, развод — 73, болезнь или травма — 53, изменение состояния здоровья у одного из членов семьи — 44, начало или окончание учебы в школе — 26, смена школы — 20, отпуск или каникулы — 13 и т.д.

А сейчас мы с вами немного отдохнем и поиграем в интересную игру.

*2. Упражнение № 1 “Чепуха” (5 мин.)*

Задачи упражнения:

- способствовать развитию творческого потенциала,

- эмоциональный разогрев.

Участники садятся в круг.

Инструкция: “Каждый участник получает лист бумаги и пишет на нем ответ на вопрос преподавателя, после чего загибает лист таким образом, чтобы его ответ не был виден, и передает своему соседу. Тот письменно отвечает на следующий вопрос, вновь загибает лист, передает дальше и т.д. Когда вопросы закончились, каждый участник разворачивает лист, читает записанные на нем ответы.

Перечень вопросов: Кто? Где? С кем? Чем занимались? Как это происходило? Что запомнилось? И что в итоге получилось?

Комментарии к упражнению: внешне упражнение напоминает шутку, однако получившиеся тексты иной раз оказываются весьма неожиданными и заставляются задуматься над теми проблемами, которые значимы для участников.

Вопросы для обсуждения: подробно обсуждать эту процедуру необходимости обычно нет. Достаточно попросить участников высказаться, какой из получившихся текстов показался им наиболее интересным и чем именно.

*3. Теоретический блок (5 минут).*

Ведущий говорит участникам о том, что стресс, как правило, сопровождается негативными эмоциями, такими как злость, страх, грусть, и негативными состояниями, такими как раздражение, беспомощность, апатия. Можно попросить участников привести примеры из своего опыта. Подводя итог, ведущий подчеркивает, что никому не нравится переживать эти эмоции и состояния, однако в природе нет ничего лишнего. Каждая эмоция выполняет определенную функцию и зачем-то нужна.

Далее участники обсуждают, зачем человеку нужна способность испытывать негативные эмоции и состояния: злость; страх; грусть; апатия.

Ведущий подводит итог обсуждения. Выводы высвечиваются на экране.

Примерные варианты выводов:

– злость - мобилизует нашу энергию, позволяет защититься;

– страх - сигнализирует об опасности;

– грусть - побуждает нас задуматься;

– апатия - дает “передышку”, позволяет отстраниться от ситуации, взглянуть на нее со стороны.

Но так как у нас злиться пока не на кого, мы поиграем в следующую игру.

*4. Упражнение № 2 “Пересадка сердца” (15 мин.)*

Задачи упражнения:

- развитие толерантности при ответственном выборе,

- развитие саморегуляции эмоционального фона в стрессовой ситуации во время принятия ответственного решения.

Инструкция: “Разделитесь на группы. Представьте себе, что вы бригада хирургов, которой предстоит сделать операцию по пересадке сердца. У вас есть одно донорское сердце на 10 человек и 10 минут на принятие решения, кого именно вы будете оперировать. Решение должно быть принято единогласно, в противном случае операция не состоится, и пациенты могут погибнуть.

Каждая подгруппа получает список кандидатов на операцию.

Список кандидатов:

Бывший чемпион, 28 лет. Защищал честь страны. Мастер спорта международного класса. Пострадал в автомобильной аварии в состоянии алкогольного опьянения. Холост.

Женщина, 52 года. Мать пятерых взрослых детей.

Священник, 27 лет.

Мужчина, 40 лет, отец двоих детей. Бывший сотрудник КГБ, бывший депутат, сейчас бизнесмен.

Девочка, 5 лет. Задержка психического развития.

Студент, 20 лет, депрессия, две попытки суицида.

Мужчина, 48 лет, врач-онколог, ученый, разрабатывает лекарство от рака. Близок к решению проблемы. Гомосексуалист.

Женщина, 25 лет, мать одного ребенка, ВИЧ-инфицирована.

Женщина, 30 лет, работница коммерческого секса.

Мальчик, 8 лет, единственный ребенок в семье, болен диабетом.

По окончании обсуждения каждая подгруппа озвучивает свое решение и аргументирует его”.

Вопросы для обсуждения: Пожалуйста, ответьте на три вопроса: Легко ли было принимать решение? Что повлияло на принятие решения? В чем вы видите смысл упражнения?

Резюме тренера. При выборе кандидата на операцию вы руководствовались разными аргументами. Было видно, что вы старались быть справедливыми. И все-таки, может быть, невольно, вы поставили “оценку” каждому человеку. А ведь врачи не имеют права ставить моральные оценки. Они руководствуются совсем другим. Их выбор в данном случае будет основан на совместимости донорского органа и реципиента.

Принятие решения должно быть основано на объективных фактах, а не социальных оценках.

Также бывает в жизни. Мы хотим быть справедливыми и при этом забываем, что не вправе судить других людей. Нам могут не нравиться их поступки, их стиль жизни. Мы даже можем решить, что не хотим дружить с ними, но мы не можем судить их.

Если нам не нравятся их привычки, мы будем вести себя по-другому. Если нам не нравится, как человек строит свою жизнь, мы будем строить свою жизнь по-другому. Но это нам не нравится. А они имеют право.

Когда мы принимаем решение, мы не должны принимать на себя роль судьи. Решения всегда лучше принимать, исходя из объективных обстоятельств, оставаясь терпимыми и толерантными к разным людям.

*5. Теоретический блок (5 минут).*

Ситуации, подобные той, которую мы рассмотрели, к сожалению, часто вызывают конфликт. Давайте рассмотрим это понятие. Ведущий дает определение: “Конфликт — столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов”.

Участники обсуждают, возможно ли в жизни полностью избежать конфликтов; если между друзьями возникает конфликт, значит ли это, что дружбе пришел конец.

Ведущему на заметку. Необходимо, чтобы участники поняли: конфликты являются неотъемлемой частью повседневной жизни людей. При кажущейся на первый взгляд негативной окраске, конфликты часто приводят к созиданию нового, более совершенного способа взаимодействия. Участникам предлагается найти доказательства или опровергнуть утверждение “В споре рождается истина”.

Дается определение понятию “компромисс”, которое также помещается на доску или в центр круга: “Компромисс — это соглашение на основе взаимных уступок”.

Необходимо особо подчеркнуть, что компромисс возможен, если обе стороны проявляют стремление разрешить конфликт мирным путем, в противном случае конфликт может привести к разрыву отношений, к ссоре.

Следует сказать участникам: для того чтобы конструктивно решать конфликты или не допускать их развития, в серьезных областях взаимодействия людей созданы различные правила. Предложить подумать, какие существуют правила на случай конфликтов между: пешеходами и водителями (правила дорожного движения); покупателями и продавцами (правила торговли); работодателями и работниками (должностные инструкции) и т.п. Подчеркнуть, что правила решения житейских конфликтов между близкими людьми (родственниками или друзьями) тоже существуют.

*«Беспроигрышный метод решения споров»*

1. Выясните как можно точнее, в чем именно дело, какова причина разногласий.

2. Постарайтесь найти максимальное количество вариантов решения конфликта.

3. Дайте оценку всем вариантам и выберите тот, что максимально соответствует интересам всех сторон конфликта, договоритесь действовать в соответствии с ним.

4. Обязательно следуйте достигнутым договоренностям.

5. Обсудите, что вы предпримете, если дела пойдут не так, как вы хотели.

*6. Упражнение № 5 “Мусорное ведро” (5 мин.)*

Задачи упражнения:

- повышение эмоционального фона группы;

- профилактика депрессивных состояний.

Инструкция: “Участникам раздается бумага и ручки, а также дается время на то, чтобы они нарисовали или написали все, что их раздражает в большой степени. Дается не более 5 минут”.

После чего по желанию участники могут рассказать, что они изобразили или написали на своих рисунках. Затем посередине круга ставиться мусорное ведро, участникам предлагается порвать на маленькие кусочки свои листы бумаги так, чтобы не осталось ни одного целого слова или картинки и выбросить в мусорное ведро.

**3 этап (заключительный) (5 мин.)**

Рефлексия. Участники сидят в кругу. Подводится итог занятия: перечисляются новые понятия и приобретенные навыки.

Каждый участник по часовой стрелке делится своими впечатлениями, эмоциями о пройденном тренинге и прощается.

Ритуал прощания. Упражнение «Я желаю тебе…»

**Родительский лекторий**

**«Суицид в подростковой среде»**

**Цели:**

* Информировать родителей о существовании проблемы подросткового суицида.
* Сформировать понятие о подростковом суициде, его видах, причинах, признаках готовящегося самоубийства.
* Рассмотреть меры профилактики и предупреждения детского суицида, связанные с социально - психологической поддержкой детей в семье.

**Оборудование:** компьютер, проектор для демонстрации презентации.

**Ход собрания**

**Вступление. Введение в тему лектория.**

*«Мы выбираем жизнь, они – смерть.*

*Мы пишем письма, они – предсмертные записки.*

*Мы строим планы на будущее, у них… у них – нет будущего.*

*Кажется, что мы и они – из разных миров.*

*Но как велика пропасть между нами, читающими эти строки, и теми, кто решился на самоубийство?*

*Как сильно нужно измениться человеку, чтобы сделать этот шаг?*

*Всего лишь – шаг.*

*Они не были рождены самоубийцами, но умерли с этим клеймом.*

*Они продолжают умирать».*

Здравствуйте, Уважаемые родители! Сегодня я хочу обсудить с вами очень сложный и очень серьезный вопрос - подростковое самоубийство.

Всегда удивляли люди, которые кончали жизнь самоубийством. Особенно молодые. Пойти на самоубийство, когда у тебя за плечами 15-16 лет? Когда жизнь только-только начинается? Это немыслимо.… Почему же подростки, молодежь видят в самоубийстве единственный выход из затруднительного положения?

Вопрос, о котором многие боятся даже задумываться и отгоняют мысли об этом, настолько страшным и невообразимым это кажется для многих. И такое отношение к нему вполне нормально, потому что смерь сама по себе – это страшно и невообразимо. Человек не хочет умирать, в его сути биологической заложено изначально - выжить и избежать ситуаций ведущих к смерти. А вот если человек смирился с мыслью о смерти, вынашивает ее и готов к этому, а тем более ребенок - вот это уже настораживает.

По официальной статистике, каждый год совершают самоубийство 1 100 000 человек, среди них 55 тысяч русских (на третьем месте).

За последнее десятилетие число самоубийств среди молодежи выросло в 3 раза. Среди причин смерти детей и подростков суицид занимает второе место. Ежегодно каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства. Число законченных суицидов среди юношей в среднем в 3 раза больше, чем среди девушек. С другой стороны - девушки пытаются покончить с собой в 4 раза чаще, чем юноши, но выбирают «щадящие» способы, которые реже приводят к смерти.

**Обсуждение.**

*Почему же подростки пытаются покончить собой?*

*Какие причины, факторы могут способствовать принятию такого решения?*

*Какие дети могут совершить такой поступок?*

Чаще подвержены: подростки, страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями; девочки – подростки, имеющие межличностные любовные конфликты; подростки с повышенной тревожностью, зацикленные на негативных эмоциях, с пониженным фоном настроения; подростки, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей.

**Теоретическое информирование.**

Существует классификация суицидов: истинный, скрытый, демонстративный.

Истинный суицид. Никогда не бывает спонтанным. Такому суициду всегда предшествуют угнетенное настроение, депрессивное состояние или просто мысли об уходе из жизни. Причем окружающие, даже самые близкие люди, нередко такого состояния человека не замечают.

Скрытый суицид. Это завуалированное самоубийство. Человек погибает от внешних сил, по большей части, им же спровоцированных. Например, рискованная езда на автомобиле (транспортное средство используется как инструмент для совершения суицида), занятия экстремальными видами спорта, алкогольная или наркотическая зависимость… Т.е. саморазрушающее поведение. И сколько угодно можно твердить человеку о том, что все это опасно для жизни, как правило, именно этой опасности они жаждут.

Демонстративный суицид. Самоубийство, как способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону. Проявляется в виде порезов вен, отравлении лекарствами, изображения повешивания. Большинство самоубийц, как правило, хотели вовсе не умереть - а только достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, изменить невыносимую ситуацию.

Причины суицида.

Проблемы и конфликты в семье. Часто у детей в разводящихся семьях появляется чувство, что родители расстаются по их вине(не слушался, плохо учился). Слишком жесткое воспитание в виде морализаторства, очень строгого контроля и запретов, лишающих свободы личного выбора (запрет на друзей, любимые занятия, игры, предпочитаемую одежду).

Конфликты с друзьями, проблемы в школе. Ребенок – изгой в школе. Чувство мести и бессильной злобы могут способствовать суициду.

Несчастная любовь, одиночество.

Страх перед будущим.

Потеря смысла жизни.

Подражание кумирам. В Челябинске 15- летние школьницы спрыгнули с крыши многоэтажного дома. В предсмертных записках написали, что совершают самоубийство в память Игоря Сорина, солиста группы, который ровно год назад в Москве выбросился из окна шестого этажа. Родителям следует насторожиться в отношении суицидальной активности своего ребенка, если он фанат погибшего кумира.

Высокие ожидания, повышенные притязания к успехам ребенка, критика и наказание со стороны родителей. Иногда высокие ожидания родителей не совпадают со слабыми способностями и возможностями ребенка. У него появляется чувство вины, что он плохой, не оправдывает надежды родителей, позорит их. Любая критика и самый невинный вид наказания могут оказаться невыносимым.

Прессинг успеха. Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Искренне желающие ребенку добра близкие родственники и учителя постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешней других своих сверстников. Причем это насильственное рвение часто поддерживается буквально жертвенным поведением родителей, готовых для оплаты репетиторов потратить последние деньги, влезть в долги.

Перегрузки и строгие требования в школе, страх не оправдать чаяний дорогих людей, безостановочная гонка за успехом, да и собственные высокие притязания - напряжение, которое не всякому взрослому по плечу. Зависимость между подростковыми депрессивными расстройствами и прессингом успеха подтверждает ежегодный всплеск молодежных самоубийств после объявления результатов вступительных экзаменов в Японии и Южной Корее - странах, где престиж высшего образования невероятно высок. Стоит задуматься, не слишком ли высока цена даже за самые блестящие перспективы.

Мотивы.

Призыв. Способ попросить помощи.

Уход от проблем, потерял надежду изменить жизнь к лучшему.

Месть. Попытка сделать больно другому человеку: «Они еще пожалеют».

Самонаказание. Ребенок решает, что он не заслуживает права жить. Желание облегчить жизнь своей семье.

Бегство от наказания. Совершил проступок, знает, что за этим последует наказание, легче самому уйти из жизни.

Рекомендации.

Как распознать подростка, обдумывающего самоубийство? 80% задумавших совершить самоубийство детей предварительно дают знать о своих намерениях окружающим. Способы сообщения могут быть завуалированы, и чрезвычайно необходимо их понять!

Если человек серьезно задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

Словесные признаки: Часто говорит о своем душевном состоянии, о своей никчемности, беспомощности, о своем безнадежном положении. Шутит на тему самоубийства.

Проявляет нездоровую заинтересованность вопросами смерти. Упоминает об эпизодах суицидов в фильмах и романах.

Поведенческие признаки:

Раздача ценных вещей. Люди, собирающиеся уйти из жизни, часто раздают вещи, которые очень многое для них значат. Подросток может начать раздавать свои любимые компакт-диски, видеокассеты, плакаты. Это должно насторожить окружающих, особенно, если это преподносится со словами: «Мне эта вещь больше уже не понадобится» или «Я хочу, чтобы у тебя что-то осталось от меня на память».

Приведение дел в порядок. Одни кинутся убирать дом, другие поспешат расплатиться с долгами, сядут за письмо, на которое должны были ответить давным-давно, или же захотят вернуть вещь, взятую у приятеля, вымыть пол в комнате, разобрать ящики письменного стола. Во всех этих поступках нет ничего подозрительного; напротив, сам по себе каждый из них совершенно нормален и закономерен. Однако в сочетании с другими «предупреждающими знаками» такая вдруг возникшая тяга к порядку может означать, что подросток долго задерживаться в этом мире не собирается.

Прощание.

Демонстрируют радикальные перемены. Вдруг начинают вести себя непривычно.

Ситуационные признаки. Социально изолирован. Живет в нестабильном состоянии. Ощущает себя жертвой насилия. Перенес тяжелую потерю.

Как предотвратить суицид? Ощущение ценности жизни невозможно без осознания двух очень важных вещей:

• нам нужно хорошо к себе относиться;

• нам нужно, чтобы нас любили.

Для того чтобы ценить себя и свою жизнь, все мы должны ощущать любовь к себе.

Потребность любви — это:

— потребность быть любимым;

— потребность любить;

— потребность быть частью чего-то.

Если эти три «потребности» присутствуют в жизни большую часть времени, мы в состоянии справляться с жизнью, решать встающие перед нами проблемы. Подросткам, которых не любят, которые сами не испытывают симпатии к своим одноклассникам и учителям, которые чувствуют себя чужими дома, в школе, во дворе, справляться с неприятностями гораздо сложнее. Из-за того, что они плохо учатся, не ладят с родителями, друзьями и учителями, их самооценка снижается, они ощущают свою никчемность, одиночество, отверженность. Отсюда и неспособность решать многие наболевшие проблемы.

Кроме этого нужно сформировать у подростка четкую установку: «Из любой трудной жизненной ситуации можно найти выход». Приучить с малых лет, что неудач не стоит бояться, они неотъемлемая часть пути к главной победе. «Упал - встань и продолжай идти!»

Воспитывать у подростков позитивный взгляд на все аспекты жизни. (Положительные эмоции, оптимизм) Ребятам нужно объяснить, что когда настроение хорошее, человек терпимее относится к тому, что, быть может, ему не совсем по душе. Положительный заряд энергии помогает хорошо учиться, в полную силу работать, находить контакт со сверстниками и взрослыми.

Вовлекать подростков в полезные виды деятельности.

Подросток должен помнить о том, что в трудной жизненной ситуации он может обратиться к людям, которым доверяет: родителям, классному руководителю, психологу.

Гармоничные отношения в семье, предполагающие создание и сохранение теплых и доверительных отношений с ребенком.

Правила:

«Глаза в глаза» Контакт глаз – разговор двух душ, возможность передать невыразимое словами.

«Чудо прикосновения». Дотронуться до руки, похлопать по плечу, приобнять. Не менее 9 объятий необходимо для поддержания нормального душевного состояния ребенка в любом возрасте.

«Безраздельное внимание». Это 20-30 минут, которые родитель посвящает своему ребенку каждый день, ни на что не отвлекаясь. Чем заняться в такие минуты, не имеет значения. Можно прогуляться, почитать, поговорить. Главное, чтобы ребенок почувствовал: «Я один на один с мамой (папой). Она (он) в моем полном распоряжении. Я для неё (него) сейчас самый главный».

Каждому родителю необходимо знать, что при первом подозрении на суицидальные намерения ребенка необходимо проконсультировать у детского или подросткового психиатра или психоневролога.

Заключение.

Жизнь – это шанс, не упусти его!

Жизнь – это мечта, осуществи её!

Жизнь – это любовь, так люби!

Жизнь – это долг, исполни его!

Жизнь – это счастье, сотвори его сам!

Жизнь прекрасна…Не разрушай её!