Профилактика суицидального поведения среди подростков.

Классный час: «Жизнь- это счастье, сотвори его сам»

Жизнь и здоровье ребёнка

- самая большая ценность

 в жизни.

Цели и задачи:

Формировать у подростков нравственные ценности здоровья, здорового образа жизни.

Ликвидировать безграмотность подростков в вопросах сохранения здоровья.

Пропагандировать среди подростков нравственные устои семьи, общества.

Раскрыть проблемы возникновения суицида среди детей.

Инициировать у подростков поиск возможностей адекватной реакции на асоциальные явления в семье, обществе.

Оборудование:

1) Мультимедиа

2) Презентация

Классн. рук-ль: объявляет тему и эпиграф классного часа./слайд 1/

Стихотворение. /слайд 2/

***Мир в котором я живу
Полон радости и света.
Ненависти места нету
В мире том, где я живу.

Благодарностью дыша,
Сердце расстается с болью.
Наполняется любовью
Исцеляется душа..

Мир в котором я живу
Полон тех, кого люблю я.
Потому и берегу я
Мир, в котором я живу.

Господи, прошу, храни,
Защищая от напастей.
Данное Тобою счастье
Милосердно сбереги!***

Классн. рук-ль: /постановка проблемы/

Если все живое вокруг изо всех сил борется за существование, то отдельные человеческие индивиды, наоборот, вкладывают недюжинную энергию в то, чтобы полностью испортить себе жизнь, а иногда и расстаться с нею.

Поистине человек – странное создание: только он способен на самоуничтожение, лишь ему присуще загадочное влечение к смерти – никакому другому живому существу это не свойственно. /слайд 3/

В чём же причины такого странного поведения человека? И если выход из той или иной сложившийся трудной ситуации?

Причинами могут послужить: /слайд 4-12/

* Таким образом: /слайд 13/

поведение подростка – это привлечение к себе внимания.

То, что для взрослого пустяк, для ребёнка – глобальная проблема, что выхода из сложившийся ситуации нет.

Классн. рук-ль:

Притча о кольце Соломона.

Соломон был царем древнего государства Израиль. Он мудро правил страной долгие годы и сделал ее процветающей. Однако его жизнь была очень трудной: он часто нервничал, гневался, расстраивался, впадал в депрессию. Однажды Соломон попросил у мудреца совета: как справиться со стрессами? Мудрец принес ему кольцо: «Именно в кольце твое спасение от сильных эмоций. Надень кольцо, когда будешь сильно расстроен, посмотри на него – и ты успокоишься. Если тебе будет слишком весело, тоже посмотри на него. Это вернет тебя к нормальному состоянию». Однажды, когда Соломон был снова чем-то сильно расстроен, он внимательно взглянул на кольцо и прочитал на нем надпись: «Все пройдет». Удивился, задумался и… успокоился. Он вспомнил, как часто напрасно гневался, расстраивался, грустил. Ведь все невзгоды все равно проходят со временем. Так Соломон научился бороться со стрессами. Но как-то раз ему было так плохо, что даже кольцо не помогло. Он решил его выбросить и снял с пальца. На внутренней стороне кольца увидел надпись: «И это тоже пройдет». Царь улыбнулся, и спокойствие снова вернулось к нему. Соломон вошел в историю человечества как один из самых успешных и мудрых людей мира. Надо следовать его примеру. После прочтения притчи необходимо включить учащихся в ее активное обсуждение, задав вопрос: «Объясните: какой смысл этой притчи?».

Смысл этой притчи: все трудные периоды жизни имеют временный характер и когда-то заканчиваются. Не стоит сильно и долго гневаться, нервничать, расстраиваться из-за того, что пройдет. Жизнь устроена так, что любая черная полоса в ней обязательно сменится белой. Это закон материального мира, осознание которого помогает снизить чувствительность к стрессам.

\_ А теперь давайте посмотрим небольшой мультфильм «Конфликт».

Вывод: Просто уступить друг другу.

\_ У нас с вами поднялось настроение, а в хорошем настроении «с жизнью не расстаются». А что же тогда такое депрессия, ведь в этом состоянии, кажется, «что смысл жизни потерян»?

Притча «Два волка»

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину:

— В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло — зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро — мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

— А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

— Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

Классн. рук-ль: А теперь я хочу, что бы вы прослушали притчу «Две стрелы»

Мастер стрельбы из лука предложил Ученика приготовиться к выполнению упражнения. Тот подошел к рубежу стрельбы, взяв лук и две стрелы. Мастер отобрал у него одну из стрел и бросил ее в сторону.

Почему ты отобрал у меня вторую стрелу?— удивился Ученик.

Я отобрал у тебя не вторую стрелу, а первую — она все равно пошла бы мимо цели, поскольку, стреляя, ты бы знал, что у тебя в запасе есть еще одна попытка, — сказал Мастер.

Так вот почему человеку дается только одна жизнь, — подумал Ученик.

И пусть каждый чаще задаёт себе вопрос:

Зачем любить и ненавидеть?

Растить цветы и звёзды видеть?

Зачем терять, зачем искать,

Зачем былое вспоминать?

Зачем живые все живут?

В чём смысл жизни заключён?

В чём заключён её закон?

И не даёт покоя мне,

Моей недетской голове

Один единственный вопрос:

Зачем родился я и рос.

Если Вы посланы судьбою на Землю, значит Вы здесь нужны, причём таким каким вы есть! Иначе здесь вместо вас был бы кто-то другой.

Классн. рук-ль: Как предотвратить депрессивное состояние, ощущение без исходности? /слайд 14,15, 16/.

Рефлексия:

1. мультфильм «Барашек»

2. Учащиеся приклеивают свои высказывания на следующие суждения:

1). Я люблю жизнь, потому что…

2). Я буду счастлив тогда, когда…

3). Если мне будет плохо и понадобится помощь, я обращусь…

4). Когда я закончу школу…

 Класс. рук-ль: «Наш выбор – успешная жизнь»