**Государственное бюджетное специализированное учреждение Республики Крым «Керченский межрегиональный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

***«Помоги себе, помоги другому»***

*(для младших и старших школьников)*

Воспитатель: Гончар И. А.

Керчь, 2021

Цели:

1. **Профилактика подросткового суицида**.

2. Формирование **жизнеустойчивых** позиций у подростков.

Задачи:

1. Формировать ценностное отношение учащихся к **жизни**.

2. Активизировать подростков к продуктивному мышлению, анализу.

3. Развивать коммуникативные умения учащихся

4. Воспитывать способности воспринимать мир с любовью и радоваться **жизни**.

**Ход беседы**

1. Вводное слово

- Прежде чем сообщить тему, я предлагаю посмотреть видеоролик *«****Суицид****»*. Правильно, мы сегодня поговорим о нашей **жизни и о том**, что ЖИТЬ **ПРЕКРАСНО**! И тема нашего классного часа *«Как****прекрасна эта жизнь****!»* Каждому из нас природа подарила бесценный дар – **ЖИЗНЬ**! Она создала все, чтобы человек был счастлив! В **жизни** мы часто слышим выражения: Как удачно сложилась **жизнь**», *«****Жизнь преподнесла сюрприз****»*, **Жизнь не задалась**.

- Конечно, у нас у всех **жизнь** складывается по-разному. Кому-то повезло, а кому-то не очень.

2. Закончи предложение.

- Я предлагаю вам карточки. Вам нужно закончить предложение.

\* Я очень хочу, чтобы в моей **жизни было…**

\* Я пойму, что, счастлив, когда…

\* Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю…

3.Слово воспитателя:

На пути взросления каждого могут подстерегать трудности и опасности. Каждый человек на протяжении **жизни** преодолевает множество преград. От ошибок никто не застрахован. Мы постоянно сталкиваемся с проблемами, иной раз трудными, даже, казалось бы, неразрешимыми. И ошибиться тут не мудрено. Но любая ошибка – поправима. Потому что решение есть у любой проблемы, хотя его поиски отнимают много времени и сил, приносят массу огорчений.

Единственная непоправимая ошибка – попытка *«выйти из игры»*, отказаться от поиска решений, то есть, по сути дела, отказаться от самой **жизни**. Иногда человек именно так и поступает. Это и есть то НЕПРАВИЛЬНОЕ решение, потому что оно непоправимо. Любое событие в мире – временное, имеет начало и конец. Любое огорчение когда-то закончится, что перестанет нас волновать. Надо просто терпеливо дождаться. Впереди ещё столько всего интересного! Столько радостей и удач! Глупо их лишаться из-за того, что сегодня на душе несладко!

Ведь в Мире не только черно-белые тона! Нет таких причин, по которым можно было бы отказаться от будущего. Расстаться с **жизнью - это не та ошибка**, которую можно стирать и стирать, пока рисунок не получится. Содеянного не вернуть.

4. Причины.

- Какие же существуют причины, которые толкают подростков на не поправимый шаг?

1. Алкоголизм родителей.

2. Финансовые трудности.

3. Необоснованные обвинения.

4. Неразделенная любовь.

5. Насилие со стороны взрослых.

6. Отношение со сверстниками.

- Какие же существуют пути для решения проблем?

1. Работа *«Телефонов доверия»*

2. Помощь **профессиональных психологов**, социологов

3. Поддержка друга

4. Помощь со стороны близких родственников

5. Помощь со стороны классного руководителя

7. Упражнение *«Управление эмоциями»*

Сейчас на листочке напишите все негативные или плохие эмоции, которые вы испытывали, когда-либо. Теперь про себя прочитайте их и вспомните, когда вы испытывали эти эмоции. А сейчас разорвите листочек на мелкие кусочки и выкиньте в мусорную корзину.

5. Способы управления негативным напряжением.

Какие же существуют способы для снятия негативного напряжения? Это:

• Комкать и рвать бумагу.

• Бить подушку или боксерскую грушу.

• Высказаться в кругу тех людей, которые могут понять и посочувствовать.

• Закрыть глаза и представить себе что-нибудь хорошее или любимое *(любимый цвет, любимое место, где было хорошо, любимую игрушку)*.

• Посидеть в тишине и послушать спокойную музыку.

6. Итог.

- Любите **жизнь**! Цените каждую минуту! Радуйтесь **жизни**! Радуйтесь каждому солнечному дню, первому снегу, весеннему дождику, пению птиц. Не подвергайте себя малодушию и невежеству.

- Помните, что один неправильный ваш шаг может стоить и вашей **жизни, и жизней сотен других людей**.

- Будьте счастливы!