

## Родительское собрание «Жизнь как ценность».

### Материалы к презентации

#### Слайд 1.

— Добрый день, уважаемые родители. Сегодня мы пригласили Вас, чтобы обсудить одну из важных тем, которая касается эмоционального благополучия наших детей и нашего общества в целом.

— Предлагаем поговорить о *«профилактике кризисного состояния подростков»*.

— Уважаемые родители, как вы считаете, что чувствует человек, когда теряет смысл жизни?

#### Слайд 3.

Согласно одной из классификаций можно выделить четыре основные причины возникновения кризисного состояния человека:

*Изоляция* (чувство, что тебя никто не понимает, тобой никто не интересуется);

*Беспомощность* (ощущение, что ты не можешь контролировать жизнь, все зависит не от тебя);

*Безнадежность* (когда будущее не предвещает ничего хорошего);

*чувство собственной незначимости* (уязвленное чувство собственного достоинства, низкая самооценка, переживание некомпетентности, стыд за себя).

**Слайд 4.**

Причинами потери смысла жизни в детском и подростковом возрасте может быть:

1). *Несформированное понимание смерти.* В понимании ребенка смерть не означает бесповоротное прекращение жизни. Ребёнок думает, что всё можно будет вернуть назад. У подростков понимание и осознание страха смерти формируется не раньше 18 лет.

2). *Ранняя половая жизнь, приводящая к ранним разочарованиям.* При этом возникает ситуация, по мнению подростка, не совместимая с представлением «как жить дальше» (потеря любимого, наступление нежеланной беременности и т.д.), т.е. происходит утрата цели. Возникающее желание лишить себя жизни часто объясняется тем, что молодые люди, не имея жизненного опыта, не могут правильно определить цель своей жизни и наметить пути ее достижения.

3). *Дисгармония в семье* (об этом хорошо рассказано в фильмах «Жажда», «Неадекватные люди»).

4). *Саморазрушаемое поведение* (алкоголизм, наркомания, криминализация общества).

5). Возникающее желание лишить себя жизни в возрасте до 15 лет может быть связано с *реакцией протеста*, особенно частым источником последних являются нарушенные внутрисемейные, внутришкольные или внутригрупповые взаимоотношения.

Многие подростки в качестве повода, толкнувшего их на попытку самоубийства, называли разного рода школьные конфликты. Но причиной может являться неблагополучие в семье. Однако это «неблагополучие» имеет не внешний, но содержательный характер: в первую очередь нарушены родительско-детские

отношения. Роль «последней капли» играют школьные ситуации, поскольку школа – это место, где ребенок проводит значительную часть своего времени.

б). *Депрессия* также является одной из причин, приводящих подростка к самоубийству.

Основным симптомом депрессии является потеря возможности получать удовольствие и испытывать наслаждение от тех вещей в жизни, которые раньше приносили счастье. Поступки и настроение как бы выдыхаются и становятся безвкусными. Психика лишается сильных чувств. Человеком овладевает безнадежность, вина, самоосуждение и раздражительность. Заметно ослабевает двигательная активность или, наоборот, возникают приступы громкой, быстрой, порой беспрестанной речи, наполненные жалобами, обвинениями или просьбами о помощи. Часто бывают нарушения сна или волнообразная усталость. Соматические признаки тревоги проявляются дрожанием, сухостью губ и учащенным дыханием. Появляются ничем не обусловленные соматические нарушения в виде болей в голове, боку или животе. Люди, страдающие депрессией, постоянно ощущают свою нежеланность, греховность и бесполезность, в силу чего приходят к заключению, что жизнь не имеет смысла. Происходит снижение мышления.

Психогенные причины депрессии часто связаны с потерей друзей или близких, здоровья или утратой каких-либо привычных вещей (например, места привычного жительства). Депрессия может наступить в годовщину утраты, причем человек может не осознавать приближающейся даты.

Важно помнить, что почти всегда можно найти физиологическое и психологическое объяснение депрессии. Депрессия не обязательно обозначает, что человек находится в состоянии психоза или испытывает суицидальные намерения.

Люди, испытывающие депрессивные состояния, могут не утрачивать связей с реальностью, заботиться о себе, далеко не всегда им требуется стационарное лечение в условиях больницы под круглосуточным наблюдением медицинского персонала.

Однако когда они решаются на попытку самоубийства, ими овладевает отчаяние. Несмотря на это, существует достаточно «нормальных» людей с депрессивными переживаниями, которые не заканчивают жизнь самоубийством.

### **Слайды 5 – 6.**

К «группе риска» можно отнести подростков:

- с нарушением межличностных отношений, «одиночек»;
- злоупотребляющих алкоголем или наркотиками, отличающихся девиантным или криминальным поведением, включающим физическое насилие;
- со сниженными ресурсами личности, позволяющими противостоять трудностям: стрессовым и затяжным депрессивным состоянием, беспомощностью, истощенностью физического или психического плана, неумением преодолевать трудности;
- сверхкритичных к себе подростков;
- подростков с максималистическими чертами характера, склонных к бескомпромиссным решениям и поступкам и делящих мир на «белое» и «черное»;
- страдающих от недавно испытанных унижений или трагических утрат дорогих людей, от хронических или смертельных болезней;
- фрустрированных несоответствием между ожидавшимися успехами в жизни и реальными достижениями;
- социально отверженных или покинутых окружением;

- из социально неблагополучных семей (уход из семьи, развод родителей), у которых плохие отношения с близкими в данный период с инцидентами насилия в близком окружении;
- из семей, в которых происходили случаи суицидов среди близких людей, особенно родителей и друзей.

### Слайды 7 – 9.

Рассказ по тексту слайда: **признаки кризисного состояния у несовершеннолетних.**

*1. Передается ли склонность к добровольному уходу из жизни от предков потомкам?*

От родителей можно унаследовать цвет глаз, форму бровей и губ, веснушки, т. д. Желание лишиться себя жизни по наследству не передается. Тем не менее, если в семье подростка есть родственник, который лишил себя жизни, ребенок оказывается в зоне повышенного риска. Для примера можно представить себе семью, где родители пьют, курят или употребляют наркотики. В такой семье ребенок подвержен риску перенятия вредных привычек родителей, поскольку на него воздействуют психологические механизмы влияния на человека: внушение, подражание, заражение. И такая неблагополучная семья формирует соответствующие ценности у подростка.

*2. Появление желания лишиться себя жизни – следствие одной проблемы или их совокупности?*

Многим знакомо образное выражение по поводу последней капли, переполнившей чашу терпения. Так вот, приводящие к добровольному уходу причины подобны таким каплям. Каждая из них сама по себе – ничто. Даже двум,

пяти и десяти доверху чашу не наполнить. Однако, если их сотни, в какой-то момент чаша окажется переполненной.

*3. Умышленно лишают себя жизни, как правило, психически больные люди или психически здоровые?*

Психически здоровые.

### **Слайд 10.**

Рассказ по тексту слайдов: **факторы риска, возникающие в семье.**

— Как вы считаете, существуют ли ситуации семейной жизни, которые могут стать последней каплей в чаше терпения?

### **Слайды 11 – 13.** Рассказ по тексту слайда.

— Что могут сделать родители для предотвращения кризисных состояний у детей?

**Слайд 14.** Рассказ по тексту слайда: **основные потребности юношей и девушек.**

— А сейчас мне бы хотелось поговорить о том, на что должны ориентироваться родители.

### **Слайд 15.**

В принятых ребенком ценностях одновременно отражаются его позиция и поведение, а также его личностные характеристики, связанные с определенными представлениями о себе и собственном активном проявлении в социуме. Ценности не передаются тем же путем, что и знания. «Ценностям нельзя научиться, их нужно переживать» (В. Франкл). Путем принятия конкретных ценностей, их

«переживания» определяются выбором личностью социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора. К предлагаемым формам профилактики кризисных состояний подростков относят формирование у учащихся таких понятий, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни»,

Ценностные ориентации имеют особое значение, т. к. они исполняют роль внутренних стимулов и одновременно являются критериями, по которым личность сверяет свое поведение и деятельность. Сформированные жизненные цели обучающихся и черты совершенствующейся социально адаптированной личности способствуют усилению защитных механизмов и ослабляют механизмы, провоцирующие суицидальное поведение. Напротив, дефицит высших смыслообразующих и жизнеутверждающих ценностей, духовный кризис личности может быть причиной отклоняющегося поведения.

**Слайды 16 – 19.** Рассказ по тексту слайда.

Формирование этих ценностей является профилактикой потери смысла жизни подростком.

**Слайд 20.**

— Я уверена, что теперь вам будет легче понимать настроение своего ребёнка.

— Как вести себя в ситуациях, если у вас возникла тревога за ребенка? Вы всегда можете обратиться в службы сопровождения школы.

— Спасибо за внимание.