

Лыкова Татьяна Сергеевна
КОУ ВО «Верхнемамонская школа-интернат
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

«Жизнь – бесценный дар!»

А что такое жизнь?

В жизни мы часто слышим выражения: Как удачно сложилась жизнь»,
«Жизнь преподнесла сюрприз», Жизнь не задалась. Задумывались ли вы, что каждый из вас вкладывает в понятие - жизнь?

Что есть человеческая жизнь?

Ожегов дает следующее определение: «Совокупность явлений, происходящих в организме, особая форма существования материи».

Словарь Даля: «Жизнь - живот, житие, бытие, состояние особи, существование отдельной личности».

Словарь Кузнецова «Особая форма существования материи, возникающая на определенном этапе ее развития, основным отличием которой, от неживой природы является обмен веществ.»

В последнее время уверенно набирает обороты проблема подросткового суицида. Основные причины самоубийства в столь раннем возрасте — это неудачные попытки справиться с навалившимися проблемами в школе и семье. Родители часто не понимают своих детей, навязывают им свое мнение. Своими действиями они оказывают серьезное эмоциональное давление на еще не сформировавшуюся психику ребенка, заставляя его решать свои проблемы самостоятельно, часто не пытаясь вникнуть в ситуацию и попытаться помочь. В школе же ситуация обостряется огромной загруженностью и возникающей из нее усталости, проблемами в общении, стеснением, замкнутостью.

Как считают многие родители, ребенок может убить себя из-за так называемых закрытых «групп смерти» в социальных сетях. На них приходится *1% от общего числа смертей*. Но ведь с каждым годом это число увеличивается из-за стремительного развития технологий и все большего продвижения интернета в нашу жизнь.

По официальным данным количество самоубийств с 2021 года в России составляет около 2000 человек, из которых более трети — дети и подростки. Это является очень большим числом для современного мира, а для нашей страны поистине огромным. Мы должны всеми силами предотвратить охватившую все СНГ волну самоубийств, потому что подростки – это наше будущее. Решить эту проблему смогут только понимание и желание выслушать проблемы ребенка, попытаться помочь, как можем. Ведь дети в этом возрасте такие ранимы, они очень нуждаются в нашей поддержке и сочувствии, напутственном совете и внимании.

Основным направлением профилактики самоубийств среди обучающихся является просвещение педагогов, родителей и самих учащихся учреждения образования, в результате которого коллектив нацеливает взрослых на внимательное и чуткое отношение к детям и молодежи, а учащихся - на формирование активной жизненной позиции и определение истинных ценностных ориентаций в жизни.

Особое внимание педагогические работники обращают на соответствующие высказывания, намеки, сопровождающиеся какими-либо действиями, направленными на лишение себя жизни.

Суицидальное поведение может быть следствием социально-психологической дезадаптации личности учащихся в условиях переживаемых ими конфликтов:

снижение социально-психологической адаптированности личности в виде предрасположенности, готовности к совершению суицида. В рамках проведения комплекса профилактических мероприятий по предупреждению самоубийств - среди учащейся молодежи педагогические работники исследуют причины и особенности суицидального поведения в подростковом и юношеском возрасте.

Рекомендации для тех, кто рядом с человеком, склонным к суициду:

1. не отталкивайте его, если он решил разделить с вами проблемы, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией;
2. доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном индивиде, не игнорируйте предупреждающие знаки;
3. не предлагайте того, чего не в состоянии сделать;
4. дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность;
5. сохраняйте спокойствие и не осуждайте его, не зависимо от того, что он говорит;
6. говорите искренне, постарайтесь определить, насколько серьезна угроза: вопросы о суицидальных мыслях не приводят к попыткам покончить с жизнью, на самом деле они помогут почувствовать облегчение от осознания проблемы;
7. постарайтесь узнать у него план действий, так как конкретный план – это знак реальной опасности;
8. убедите его, что есть конкретный человек, к которому можно обратиться за помощью;
9. не предлагайте упрощенных решений;
- 10) дайте понять, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его за эти чувства;
- 11) помогите ему понять, что сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию, ненавязчиво посоветуйте, как найти какое-либо решение и управлять кризисной ситуацией;
- 12) помогите найти людей и места, которые смогли бы снизить пережитый стресс;
- 13) при малейшей возможности действуйте так, чтобы несколько изменить его внутреннее состояние;
- 14) помогите ему понять, что присутствующее чувство безнадежности не будет длиться вечно.

От безбожия до Бога – мгновенье одно,

От нуля до итога – мгновенье одно,

Береги драгоценное это мгновенье:

Жизнь ни мало, ни много – одно мгновенье.

Ведь жизнь так коротка, и проживать её надо не иначе как счастливо, следуя заветам нашего Господа, идя только по истинному и правильному пути.

Падения — это часть нашей жизни, подниматься снова и снова её достойное проживание. Быть живым это значит поклоняться нашему Создателю, это наш подарок от Бога, а быть счастливым это только ваш выбор.

Дети, наши дети — это тоже подарок, испытание, трудности, всё в одной ипостаси.

Ведь дети это самое прекрасное чудо на земле. Если взглянуть на них, на их ясный и чистый взгляд, не затуманенный пороками и смутными делами, то видишь с какой добротой они каждому протягивают свои ручонки и про каждого из нас думают, что вон та или тот хорошие и такие добрые люди. Им ведь совершенно неважно красивое у тебя лицо или дурное, они готовы всех с радостью целовать и обнимать, им неважно какой у тебя социальный статус. Они любят всякого: старого и молодого, богатого и бедного...

Вот поэтому нам надо у этих маленьких человечков учиться быть счастливыми.

Потому что самый лучший и правильный выход из ситуации — это забыть всё плохое, сохранять в памяти только хорошие моменты, быть благодарными Всевышнему, говоря Ему мысленно всегда СПАСИБО за всё, что в нашем мире происходит.

И с гордостью идти дальше. С пониманием, что ты на правильном пути, на пути, указанном своему рабу самим Творцом, Господом обоих миров. Потому что, всё что с нами происходит это благо для нас.

Любите жизнь во всех её проявлениях...

Радуюсь красивому цветку, пению птички, журчанию ручья...

Люблю ЧИСТОТУ... чистоту души и помыслов...

Притча об отношении к жизни.

Когда тебя спрашивают: «Как дела?» - не плачься и не жалуйся на трудности. Если ты отвечаешь: «Плохо», то Всевышний говорит: «Это ты называешь “плохо”? Ну, так Я покажу тебе, что такое “плохо” на самом деле!»

Когда тебя спрашивают: «Как дела?», а ты, несмотря на трудности и страдания, отвечаешь: «Хорошо!», то Всевышний говорит: «Это ты называешь “хорошо”? Ну, так Я покажу тебе, что такое “хорошо” на самом деле!»

Пусть у вас всегда и все будет ХОРОШО!

Размышляйте о жизни, о своем месте и предназначении, ищите смысл, цените жизнь, каждый ее миг.