Карта памяти для учеников 10 класса на классный час по теме: "Проблемы детского суицида"

[«Новые УРОКИ» newUROKI.net](https://newuroki.net/)

Всё для учителя – всё бесплатно!

**Карта памяти - это** метод организации информации, который помогает ученикам структурировать и запоминать ключевые концепции, идеи и факты по определенной теме или предмету. Она позволяет упорядочить знания, выделить основные моменты и установить связи между ними, облегчая процесс усвоения материала и поддерживая его в памяти. Карта памяти служит инструментом для организации мыслей, помогает в реализации концепции обучения через конструктивные методы и способствует более глубокому пониманию учебного материала.

### **Карта памяти по теме "Проблемы детского суицида"**

#### 1. **Введение в проблему детского суицида**

* **Что такое суицид?**
  + Определение: Намеренное лишение себя жизни.
* **Статистика**
  + Количество случаев суицида среди подростков в России.
  + Тенденции и изменения за последние годы.
* **Актуальность проблемы**
  + Почему это важно для подростков.
  + Влияние на общество и семьи.

#### 2. **Причины суицидального поведения у подростков**

* **Психологические факторы**
  + Депрессия и тревожные расстройства.
  + Чувство безнадёжности и внутренний конфликт.
* **Социальные факторы**
  + Давление со стороны сверстников.
  + Проблемы в семье (конфликты, разводы).
* **Биологические факторы**
  + Генетическая предрасположенность.
  + Изменения в химии мозга.

#### 3. **Признаки суицидального поведения**

* **Вербальные признаки**
  + Открытые или завуалированные разговоры о смерти.
  + Прощальные сообщения и мысли о смерти.
* **Поведенческие признаки**
  + Резкие изменения в поведении и настроении.
  + Изоляция от друзей и семьи.
* **Эмоциональные признаки**
  + Чувство безнадёжности и подавленности.
  + Низкая самооценка и чувство вины.

#### 4. **Методы профилактики суицидального поведения**

* **Развитие эмоционального интеллекта**
  + Понимание и управление своими эмоциями.
  + Эмпатия и поддержка других.
* **Формирование навыков совладания со стрессом**
  + Техники релаксации и позитивного мышления.
  + Стратегии решения проблем.
* **Укрепление социальных связей и поддержки**
  + Важность общения и взаимопомощи.
  + Поддержка со стороны друзей и семьи.

#### 5. **Роль школы и семьи в предотвращении детского суицида**

* **Создание благоприятного психологического климата**
  + Поддержка и доверительные отношения в школе.
  + Психологическое благополучие в семье.
* **Организация психологической помощи в школе**
  + Доступ к школьному психологу и консультациям.
  + Программы поддержки и обучения.
* **Повышение компетентности родителей**
  + Информирование о признаках и профилактике.
  + Создание открытого и поддерживающего общения.

#### 6. **Куда обратиться за помощью**

* **Телефоны доверия**
  + Номера горячих линий и доступные ресурсы.
* **Психологические службы**
  + Специализированные организации и клиники.
* **Онлайн-ресурсы поддержки**
  + Веб-сайты и онлайн-форумы для помощи и совета.

Эта карта памяти поможет ученикам упорядочить информацию и запомнить ключевые аспекты темы. Используйте её как справочник, чтобы быстро находить и вспоминать важные факты и концепции, обсуждаемые на классном часу.