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.