

# Классный час

## «Трудности подросткового периода»

Толстикова О.И.  
классный руководитель 8 класса  
МБСКОУ «СКОШИ – VIII вида,  
Пермский край, г. Лысьва

# Цели

- Формирование представлений о подростковом возрасте, трудностях этого периода и способах выхода из жизненных ситуаций.
- Развитие мышления, умения анализировать и делать выводы.
- Воспитание заботливого отношения к себе и окружающим.



# Анкета

1. После ссоры с родителями вам хотелось уйти из дома
2. В школе часто возникают конфликты со сверстниками
3. Тебя заставляют одеваться так, как тебе не нравится.
4. Подростки во дворе заставляют отдавать им деньги или бьют
5. Окружающие не ценят тебя и часто придираются



# «Трудности подросткового периода»

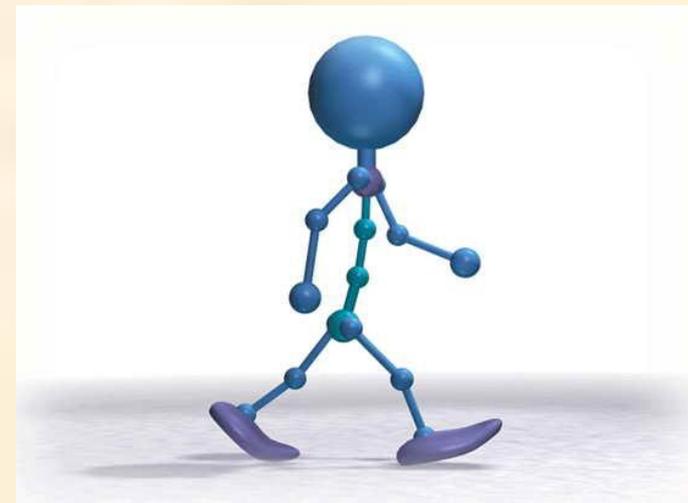
Подростковый  
возраст

Малолетние  
(6-14 лет)

Несовершеннолетние  
(14-18 лет)

# РЕБЕНОК – ПОДРОСТОК - ВЗРОСЛЫЙ

- Окружающие его не понимают
- Хочется быть взрослым, а как не знает
- Взрослые контролируют каждый шаг



# Семинар – практикум по теме *«Приемы оказания психологической помощи подросткам»*

## План работы

1. Советы психологов.
2. Практикум по оказанию психологической помощи подростку.
3. Разработка рекомендации в школы.



# Советы психолога

Последствия неумения выхода из трудных жизненных ситуаций



Ссоры,  
разочарование,



уход из дома,  
одиночество,

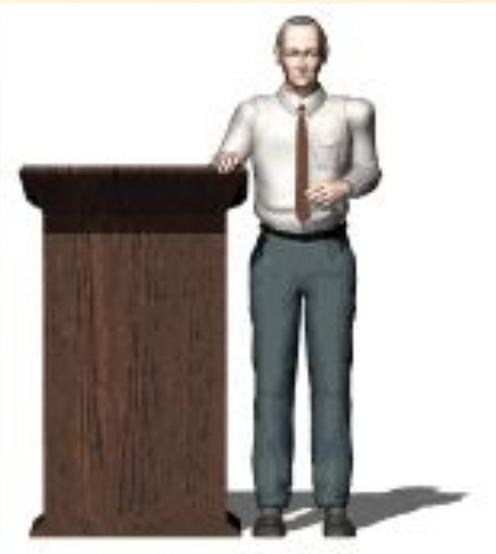
суицид.



# Советы психолога

## Совет №1.

Определи, кто создал трудную ситуацию. Если ты сам, значит, возьми ответственность на себя и никого не вини.



# Советы психолога

## Совет №2.

Не оставайся со своей болью один на один.

Подумай, с кем ты мог бы откровенно поговорить о своем положении: одноклассник, родители, учитель, школьный психолог, друг, родственники.



**Телефон доверия**

**Инспекция по делам несовершеннолетних**

**Полиция**

# Советы психолога

## Совет №3.

Переступи через свой страх перед родительским гневом. Ты его заслужил, и с этим ничего не поделаешь. Гроза проходит, и вновь сияет солнце. В любом случае, родители тебя любят.



# Советы психолога

## Совет №4.

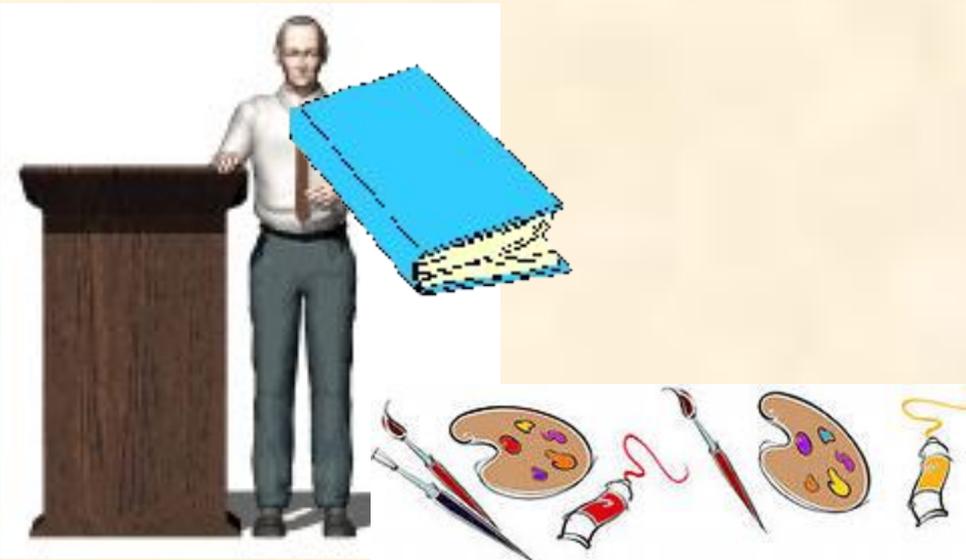
Если тебя обзывают, издевательски высмеивают – не нужно опускаться до ответной грубости.



# Советы психолога

## Совет №5.

Найди себе увлечение, дополнительное занятие, где ты будешь получать удовольствие, где ты будешь успешным.



# Советы психолога

## Совет №6.

Овладей приемами самоуспокоения.



# Практикум по оказанию психологической помощи подростку

	<b>Сергей</b>	
--	---------------	--

	<b>Антон</b>	
--	--------------	--

	<b>Наталья</b>	
--	----------------	--

	<b>Людмила</b>	
--	----------------	--

	<b>Марина</b>	
--	---------------	--

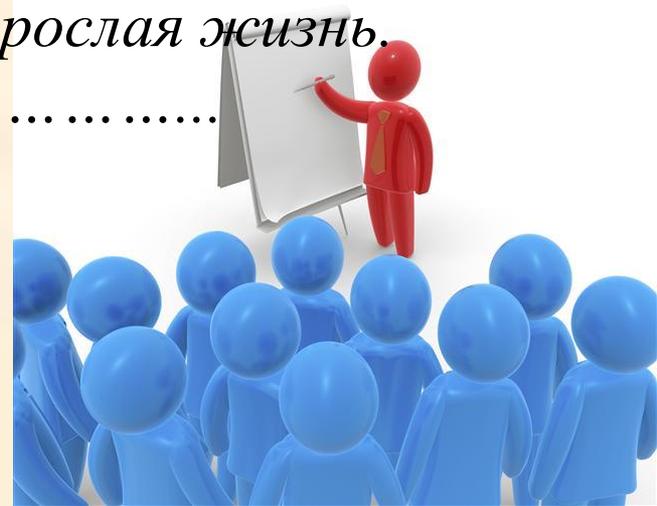
# Рекомендации подростку

1. *Подростки! В трудных жизненных ситуациях ты должен знать, что есть люди, которые тебя выслушают – это .....*

2. *Ты сам по себе человек. Не нужно идти на поводу .....*

*И не стоит делать того, что навредит .....*

3. *Думай о том, что впереди тебя ждет взрослая жизнь. Готовься к ней: .....*



# Продолжи предложение...

- На семинаре я у знал .....
- Мне понравилось, что .....
- Я думаю, что подростки должны.....



# ИСТОЧНИКИ

## Видеофрагменты

«Пацану 15 лет» <http://www.youtube.com/watch?v=6ZCnv7sCvkY>

Советы психолога <http://www.youtube.com/watch?v=NY3I0VzV3DI>

Музыкальная релаксация «Лес»

<http://www.youtube.com/watch?v=yI6j4xFvVdU>

## Картинки

Читающий мальчик <http://cnirsh.ru/files/images/paste17.jpg>

«Человечек шагающий»

<http://www.cg-portal.ru/books/animpers/Chapter9/09.01.jpg>

Докладчик

[http://www.charuaypontorranin.com/images/column\\_1302917083/1302917282charuaypontorranincom1.gif](http://www.charuaypontorranin.com/images/column_1302917083/1302917282charuaypontorranincom1.gif)

Футболист

[http://www.foot-condat-haute-vienne.fr/uploads/images/941/100430\\_150457.png](http://www.foot-condat-haute-vienne.fr/uploads/images/941/100430_150457.png)

Танцующая девочка

<http://s6.rimg.info/a2a32996ce321e1741ed9ac5d2a13c30.gif>

Краски <http://center.volzhsky.ru/application/sectionfiles/img/725753b21c52.png>

# ИСТОЧНИКИ

## Картинки

Книга <http://smiles24.ru/data/smiles/anime-knigi-127.gif>

«Человечки на семинаре»

<http://900igr.net/datai/anglijskij-jazyk/Delovoe-pismo-na-anglijskom/0009-004-Vo-vremja-prezentatsii-na-anglijskom-jazyke-vazhno-vydelit-glavnye.jpg>

Ссора <http://www.hullumaja.com/files/pictures/2010/09/26/JNaBCKeWNz.jpg>

Разочарование

[http://galeri7.uludagsozluk.com/234/aglayan-kiz-tatliligi\\_378509\\_m.jpg](http://galeri7.uludagsozluk.com/234/aglayan-kiz-tatliligi_378509_m.jpg)

Одиночество <http://xvatit.com/upload/iblock/de3/de327ab3a7db64954bbeeba1104f9afe.jpg>

Суицид <http://www.proza.ru/pics/2013/06/03/646.jpg>

Мальчик с ноутбуком <http://www.point.ru/static/stories/0021/0021567/5.jpg>

Девушка с наушниками

[http://img0.liveinternet.ru/images/attach/c/4/78/568/78568750\\_1317233259\\_dvs045384.jpg](http://img0.liveinternet.ru/images/attach/c/4/78/568/78568750_1317233259_dvs045384.jpg)

Глобус на пальце <http://todb.tula.ru/images/d1349551473.jpg>