Жизнь как ценность

Жизнь – это шанс, не упусти его.
Жизнь – это красота, удивляйся ей.
Жизнь – это мечта, осуществи её.
Жизнь – это долг, исполни его.
Жизнь – это игра, так играй!
Жизнь – это любовь, так люби.
Жизнь – это тайна, разгадай её.
Жизнь – это трагедия, выдержи её.
Жизнь – это приключение,
решись на него.
Жизнь – это жизнь, спаси её!
Жизнь – это счастье, сотвори его сам.
Жить стоит.
Не уничтожай свою Жизнь!

Мать Тереза

основные причины потери смысла жизни

- ***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).

Факторы риска, возникающие в семье

- оскорбление (перед девушкой, друзьями в том числе);
- незаслуженное наказание;
- боязнь позора (перед девушкой, родственниками, друзьями в том числе);
- страх наказания;
- страх личной расправы;
- многократное психическое насилие (шантаж, угрозы, оскорбления, коллективная семейная травля);
- многократное физическое насилие;
- переживание невозможности проявлять свои религиозные, нравственные, морально-этические установки и т. д.;
- ощущение себя «козлом отпущения» в собственной семье;
- добровольный уход из жизни члена семьи.

Для предотвращения кризисных состояний у детей родители могут сделать следующее:

- вселять у детей уверенность в свои силы и возможности;
- внушать им оптимизм и надежду;
- проявлять сочувствие и понимание;
- осуществлять контроль за поведением ребенка;
- анализировать его отношения со сверстниками.

Основные потребности юношей и девушек

- потребность в самоутверждении: имеет статусный характер и предполагает ощущение своей значимости в окружении других людей;

- гедонистические потребности (потребности в удовольствиях), связанные с насыщенной, интересной внешней средой, досуговой деятельностью, развлечениями, полноценным отдыхом;

- потребность в самовыражении: реализуется через интересную и личностно значимую ведущую деятельность;

- потребность в свободе: возможности и способности человека действовать в соответствии со своими интересами и целями;

- потребность быть личностью: быть нужным другим людям, делать добро бескорыстно.

«Ценностям нельзя научиться, их нужно переживать»

В. Франкл

Жизнь как ценность

- Принятие себя как ценности и самовоспитание, познание подростком самого себя, осмыслении сильных и слабых сторон своей личности;
- Собственные цели как ценности, осознание целей дающих смысл жизни;
- Время – ценность, развитие способности структурировать своё время;
- Я и моё здоровье как ценность;
- О ценностях ума и образования, выработка умения поиска как внутренних, так и внешних ресурсов. Развитие умения планировать позитивный образ своего будущего;
- Творчество как ценность, формирование авторского отношения к собственной жизни, к своему социальному и природному окружению;

Жизнь как ценность

- Профессия как ценность, определение предпочтительного типа будущей профессии, развитие умения планировать позитивный образ своего будущего.

- Успех как ценность, выработка алгоритма создания ситуации успеха. Формирование адекватной самооценки, установление гармоничных отношений между своими желаниями и возможностями.

- Жизнь как ценность, осознание ценности понятия «жизнь», собственных жизненных ценностей. Развитие адаптивных способностей.

- Семья как ценность, осознание ценности понятия «семья».

Жизнь как ценность

- Общение как ценность, формирование убеждения: «Другой – это ценность». Гармонизация общения;

- Дружба как ценность, понимание дружбы как устойчивой личной привязанности между людьми, возникающей на основе личной симпатии, единства взглядов, интересов и целей;

- Любовь как ценность, формирование представления о любви как о ценности, основе человеческой жизни. Необходимо убедить подростков в существовании счастливых, супружеских отношений до глубокой старости, ценящих любовь, семью.

- В чем ценность команды? Формирование умения действовать в команде как одно из наиболее востребованных личностных качеств, развитие умения принимать на себя ответственность, заботу о других;

Жизнь как ценность

- Деньги как ценность, осознание труда как ценности, своих возможностей зарабатывания денег, составление рекомендаций по трате денег;

- Ценность природы, осознание значения природы для здоровья и отдыха человека, необходимости сохранения чистоты природного мира;

- Культура как ценность, осознание ценности понятий «человечество», «Отечество», себя как субъекта культуры.

- Мир в мире как ценность, осмысление своего места в мире, расширенное толкование понятия «дом» как весь мир.

У ТЕБЯ ВСЕГДА ЕСТЬ ЧЕЛОВЕК,

КОТОРОМУ ТЫ ВАЖЕН.

У ТЕБЯ ЕСТЬ ТЫ САМ.

ЗНАЯ ЭТО, МОЖНО СПРАВИТЬСЯ С ЛЮБЫМИ ТРУДНОСТЯМИ.