

**Понедельник, 18.11.2024.**

**Пятиминутка о последствиях необдуманных поступков**

[https://cPPP.rcoedu.ru/video/11\\_2024/2\\_posledstviya\\_neobdumanniy\\_postupkov.mp4](https://cPPP.rcoedu.ru/video/11_2024/2_posledstviya_neobdumanniy_postupkov.mp4)

Текст для учителя:

*Порой в нашей жизни наступают тяжелые дни, когда кажется, что всё идет не так, как нам бы хотелось – конфликты с друзьями, проблемы в школе/техникуме, недопонимание родителей. Мы говорим, что в жизни наступает «черная полоса». К сожалению, именно этот сложный период в жизни подталкивает нас сделать глупый и необдуманный поступок.*

*Когда мы сталкиваемся с жизненными трудностями мы порой забываем, что у них тоже есть свой конец, они не будут длиться вечно. Каждое препятствие, каждое затруднение имеет свое решение и не одно!*

*Вопросы для обсуждения:*

*Как бы вы поступили на месте главного героя? Какие альтернативные способы решения данной ситуации вы видите?*

*К кому можно и стоит обратиться за помощью, если вы чувствуете, что испытываете жизненные трудности?*

*За помощью всегда можно обратиться к родным, близким, друзьям, педагогам и специалистам, которые оказывают психологическую поддержку. В Республике Коми действует анонимный чат-бот бесплатной психологической помощи в Telegram «Помощь рядом 11» (@psyhelp11\_bot). Найти чат-бот просто, достаточно ввести в поиск мессенджера Телеграм: Помощь рядом11 и вам ответит специалист-психолог.*