

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Мишелевская средняя общеобразовательная школа № 19»

Тельнова Екатерина Юрьевна, социальный педагог

Номинация № 12 «Лучшая методическая разработка педагога-психолога, социального педагога, логопеда, дефектолога»

Внеурочное занятие «Цени свою жизнь»

Пояснительная записка.

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся разных возрастных групп в общеобразовательном учреждении. Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е., представлений и отношении к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены.

Основания для разработки внеурочного занятия

Законодательство Российской Федерации в вопросах защиты прав ребенка

Актуальность темы

Профилактика суицидального поведения за последние десятилетия, значительно повысилась в нашей стране. Суицидальное поведение подростков является одним из сложных феноменов, которое требует серьезного изучения. Результаты ежегодных статистических исследований, которые проводятся различными научными и общественными организациями, показывают, что смертность подростков, в результате суицида, занимает третью позицию среди причин смерти. Суицидальное поведение детей и подростков, всегда было актуальной темой для изучения, так как говорить о добровольной детской гибели. Если понять психологический смысл суицидального поведения подростка, то можно увидеть, что ребенок не желает расставаться со своей жизнью, а находится в «загнанном» состоянии, из которого не может самостоятельно найти выход. Таким путем подросток пытается привлечь внимание взрослого или продемонстрировать свое страдание.

Проблема заключается в отсутствии полноценных мероприятий по выявлению и профилактике суицидального поведения подростков в образовательных организациях.

В процессе работы, было выявлено **противоречие** между необходимостью повышения эффективности работы по профилактике суицида и суицидального поведения подростков и недостаточной

разработанностью профилактических программ в теоретической и практической деятельности социальных педагогов и педагогов-психологов.

Цель настоящей разработки заключается в формировании у школьников позитивной адаптации к жизни, как процесса сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Задачи:

- 1 Формирование жизнеустойчивых позиций у подростков
- 2 Побуждение к размышлениям о ценности и неповторимости человеческой жизни
- 3 Выработка умения планировать позитивный образ своего будущего

Объектом является разработка занятия по профилактике суицидального поведения подростков, ее обоснование и проверка эффективности.

Предметом является социально-психолого-педагогическое сопровождение профилактики суицидального поведения подростков.

В ходе разработки занятия, была поставлена следующая **гипотеза**: «социально-психолого-педагогическая программа по профилактике суицидального поведения подростков, будет эффективна, если она будет направлена на своевременную диагностику подростков и снижение факторов, активизирующих суицидальное поведение».

Для решения поставленных задач, были использованы следующие **методы**:

- теоретические методы, состоят из анализа психолого-педагогической литературы, социальных данных, изучение методик по выявлению суицидального поведения подростков, составление психолого-педагогической программы;
- эмпирические методы заключаются в тестировании и апробации данных;
- экспериментальный метод — психолого-педагогический эксперимент.

Теоретическое и практическое значение методической разработки внеурочного занятия состоит в том, что данное занятие по профилактике суицидального поведения подростков могут быть использованы специалистами в системе образования.

Внеурочное занятие

«Цени свою жизнь»

Профилактика суицидального поведения среди детей и подростков.

Форма проведения:

Беседа- размышление с элементами тренинга.

Оборудование:

Ноутбук, проектор, презентация, бумага А4.

Ход занятия

Педагог

Ребята, здравствуйте! В начале нашего занятия, я предлагаю вам посмотреть небольшой отрывок из фильма (сайт «Общее дело»).

(Просмотр отрывка фильма «Камертон счастья»).

Педагог.

Ребята, как вы думаете, о чем спросила «Смерть» у мужчины? Что же является самым удивительным? (ЖИЗНЬ)

Слайд 2

Правильно, сегодня поговорим о том, что ЖИЗНЬ – это бесценный дар, что ЖИТЬ ПРЕКРАСНО! Ребята, давайте попробуем дать определение слову «Жизнь».

Жизнь- это... ответы обучающихся.

По словарю Ожегова: «Жизнь - совокупность явлений, происходящих в организмах, особая форма существования материи».

Педагог

Каждому из нас природа подарила бесценный дар - жизнь! Она создала все, чтобы человек был счастлив.

Упражнение «Продолжи фразу»

- Я счастлив, когда...

- Чтобы быть счастливым завтра, сегодня я делаю...

Педагог

Объясните, как вы понимаете смысл данных фраз?

Слайд 3

Фразы:

- Иногда черная полоса становится взлетной;

- Если твоя жизнь потеряла цвет, раскрась её сам, она того стоит.

Педагог

Каждый человек рождается для счастья, но некоторые люди губят свою жизнь. Давайте подумаем и попробуем разобраться, почему так происходит.

Назовите факторы риска, почему люди теряют смысл в жизни.

Горе, беда, злость, привлечь внимание, болезнь, материальное неблагополучие, вина. Страх и т.д. а теперь давайте назовем ситуации, к которым приводят данные факторы риска;

Слайд 4

- Алкоголизм родителей
- Финансовые трудности
- Необоснованные обвинения
- Неразделенная любовь
- Насилие со стороны взрослых
- Отношения со сверстниками

Пути решения

Ребята попробуйте вспомнить, какие есть ресурсы для помощи в разрешении данных ситуаций. Куда, или к кому можно обратиться за помощью?

Слайд 5

Пути решения:

- Работа телефонов доверия
- Помощь профессиональных психологов, социологов
- Поддержка друга
- Помощь со стороны близких, родственников
- Помощь со стороны классного руководителя, администрации школы.

Упражнение «Камни»

Педагог

Ребята, закройте глаза и постарайтесь представить себе пустой стакан. И вот вы в него положили крупные камни, затем мелкие камешки, потом насыпали сверху песок. Что вы видите? Правильно, стакан полностью заполнен, в нем не осталось пустого места.

А теперь, давайте, представим другую ситуацию. Пустой стакан наполняем песком, затем пробуем в него сложить камни. Получилось? Нет. Почему? Потому что песок заполнил все пространство стакана.

Вот так и в нашей жизни. Стакан- это наша жизнь. Большие камни- это важнейшее в нашей жизни: семья, родные, друзья, здоровье, дети. Мелкие камешки- это вещи, которыми мы наполняем свою жизнь; дом, работа, образование, путешествия, знакомства, необходимые вещи

повседневного быта. Песок –это повседневная бесполезная суета. Вывод, чем в первую очередь наполним свой стакан жизни, таким он и будет. Наполним камнями – жизнь будет полна смысла, наполним песком – проживем свою жизнь в бесполезной суете. Следите за вашими камнями, только они имеют цену, а все остальное – это только песок.

Упражнение «Дерево жизни»

Педагог

Ребята, перед вами лежит лист А4, предлагаю выполнить упражнение «Дерево жизни». Рисуем на листе дерево с корнями и кроной. Корни- это опора в вашей жизни: родители, семья, которые дают вам основу всего, уверенность в завтрашнем дне. Ветви – это знания, опыт, которые вы приобретете в течение жизни. И на этом дереве обязательно будут плоды – это ваши будущие успехи и достижения. Подумайте и напишите на ветвях дерева, чего бы вы хотели достичь в будущем.

На доске рисуется дерево с корнями.

Ребята, предлагаю по - очереди выйти к доске и на нашем символическом «Дереве Жизни» написать по одному предполагаемому достижению.

Рефлексия

Сегодняшнее наше занятие я хочу закончить небольшой притчей.

«Однажды, одного мудреца спросили - почему одни люди добрые, а другие злые? Старец подумал и сказал: - В человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло – зависть, сожаление, эгоизм, ложь, ревность, лень и т.д. Другой волк представляет добро - мир, любовь, доброту, верность, надежду...

Человек, тронутый до глубины души словами мудреца, спросил:

- А какой волк в итоге побеждает?

Старец ответил:

- Тот, которого ты кормишь!

Педагог

И я желаю вам, что бы в вашей жизни добро всегда побеждало.

Источники:

1. <https://multiurok.ru/files/orghanizatsiia-raboty-po-profilaktikie-suitsida-v-.html?ysclid=lpzm50fgho934731003>
2. <https://mhcenter.by/news/aktualnost-problemy-profilaktiki-suicidalnogo-povedeniya-detej-i-podrostkov/>