

ГКОУ РД «БСШИН[№]-3»

**Мероприятия по профилактике
суицидального поведения среди несовершеннолетних
(8-9) классы**

«Жизнь – это бесценный дар»



Провела:

Педагог- психолог: Меджидова С.А

2022 год

Мероприятия по профилактике суицидального поведения среди несовершеннолетних (8 класс)

«Жизнь - как ценность»

Цель: Формирование жизнеустойчивых позиций у подростков, побуждение к размышлениям о ценности человеческой жизни и неповторимости своей собственной.

Задачи:

1. Формирование ценностного отношения к жизни.
2. Выработка умения планировать позитивный образ своего будущего.
3. Развитие коммуникативных навыков учащихся.

Методы:

1. Мозговой штурм.
2. Работа в группах.
3. Индивидуальные упражнения.

Оборудование: бумага А4, ручки, цветные карандаши.

Ход мероприятия:

Приветственное слово психолога.

Притча «Все, что происходит в нашей жизни, происходит только к лучшему»

Жил-был царь и у него был советник, который очень верил в Бога. Что бы ни случилось, советник всегда повторял:

- Всё, что ни делается, всё к лучшему. Бог всё очень хорошо и мудро устраивает: что-то получаем – хорошо, нет - ещё лучше.

Когда у царя не получалось что-то задуманное, советник говорил:

- Это к лучшему!

В такие моменты царю не очень нравилось это слушать:

- Быть не может, что если что-то плохое случается и нас постигает неудача, то всё это для нашего блага.

Однажды гуляли они в лесу и незаметно, за разговорами, углубились в чащу. Царь стал искать тропинку и наступил на шип очень ядовитого растения.

Советник, не медля, выхватил кинжал и мигом отсёк царю палец ноги, в который впился этот шип, произнеся при этом:

- Как хорошо всё Бог устроил!

Царь был в ярости:

- Ты отрубил мне палец, как может это быть хорошо?

Советник ответил:

- Если бы я не отсёк палец, яд распространился бы по всему телу, и вы бы умерли.

Царя эти слова не успокоили и он прогнал прочь советника, сказав, что ни видеть, ни слышать его больше не желает.

Продолжив дорогу в одиночестве, царь попытался выбраться из чащи. Но на его беду в этом месте и в это время одно очень жестокое племя дикарей проводило праздник, для которого им как раз не хватало подходящей жертвы. Царя схватили и повели к жертвеннику. Дикари стали готовиться к ритуалу. Но вдруг, неожиданно для царя, они отпустили его, издав недовольные крики: жертва оказалась неполноценной, у неё не было одного пальца ноги.

Перепуганный, но живой, царь добрался до дворца и тут же вызвал советника к себе. Одарив его щедро подарками, царь сказал:

- Ты говорил мудрые вещи, но объясни, что хорошего было в том, что я тебя прогнал тогда в лесу?

На что советник отвечал:

- Это было очень хорошо, царь, что вы меня прогнали: если бы я остался с вами, дикари отпустили бы вас, но оставили бы меня.

С той поры царь тоже стал верить в мудрость о том, что все происходит к лучшему.

Обсуждение притчи. Обсуждение поговорок: «Все что не делается – делается к лучшему», «Не было бы счастья, да несчастье помогло».

Мозговой штурм «Жизненные ценности»

1. Что такое ценности?
2. Какие ценности вы знаете?

(Учащиеся предлагают свои варианты ответов, которые записываются на доске). Далее ученики знакомятся с понятием «ценности».

Ценности – это представления человека о самом важном в жизни; это то, что придает смысл его существованию.

Участники предлагают свои варианты ответов. После предложенных вариантов учащимся предлагается классификация ценностей.

Виды ценностей:

Профессиональные - связаны с работой. профессиональный рост, помощь другим людям и т.д.

Интеллектуальные - это знания, образование, эрудированность, любознательность, творческое мышление и т.п.

Физические - спорт, красота и гигиена тела, здоровье.

Духовные - вера в Бога, душевная гармония, личностное развитие и самосовершенствование.

Эмоциональные - открытость в общении, принятие людей такими какие они есть.

Этические - честность, порядочность, справедливость, щедрость, умение радоваться тому, что имеешь, корректность.

Эстетические - стиль, мода, внешняя привлекательность людей, вещей, эстетический вкус, чистота, порядок в доме и т.п.

Материальные - деньги, благосостояние, имущество, ценные предметы и т.п.

Культурные - искусство во всех своих проявлениях.

Патриотические - любовь к Родине, к стране, традициям и т.д.

Упражнение «Хлопните в ладоши те, кто ценит...»

Описание: Хлопните в ладоши те, кто ценит ... (дружбу, деньги, жизнь, любовь, семью, свободу, власть и т.д.).

Мозговой штурм «Почему и как справиться»

Все мы рождаемся для счастья и наполненной жизни. Но почему тогда некоторые люди губят свою жизнь? Давайте назовем факторы риска, которые могут привести людей к отчаянному шагу.

(Ответы: горе, беда, злость, привлечь внимание, болезнь, нехватка денег, вина, страх, стыд и т.д.)

Далее выбираются и анализируются конкретные жизненные ситуации.

Рассматриваемые ситуации:

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

Пути решения:

- Помощь психолога.
- Поддержка друзей.
- Помощь со стороны близких родственников.
- Другие варианты, предложенные подростками

Упражнение «Закончи предложения»

Описание: Участникам раздаются карточки, и предлагается закончить предложения:

- Я очень хочу, что бы в моей жизни было...
- Я пойму, что счастлив, когда...
- Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю)...

Упражнение «Мой личный герб»

Цель: развить навыки самопознания, самовыражения, самопрезентации, гармонизация внутреннего мира.

Описание: Участникам раздаются бланки с заготовками гербов или они рисуют свой вариант. Внутри герба ребятам предлагается попытаться изобразить свои важные жизненные ценности (внутреннее содержание жизненных сфер). Внизу под гербом предлагается подобрать надпись (это может быть слово или фраза), отражающую в очень короткой форме ценности, принципы, жизненную позицию подростка.

По окончании упражнения, участникам предлагается рассказать о своем гербе и ответить на вопросы: что он изобразил на своем гербе и почему именно эти ценности для него важны.

Упражнение «Я не один»

Цель: помочь подростку понять, что он не одинок в этом мире. Создание позитивной атмосферы.

Описание: «Сейчас я предлагаю вам взяться за руки и почувствовать теплоту рук ваших одноклассников, почувствовать их сильное плечо и одобряющий взгляд. Чувствуете, какая крепкая у вас поддержка? А теперь оглянитесь вокруг, и вы увидите поддержку и понимание со стороны учителей. Теперь мысленно выйдите в коридор, на улицу, зайдите в свой дом, загляните к друзьям, соседям, поговорите даже с незнакомым человеком. Я думаю, что в таком большом окружении людей, вы непременно найдете поддержку и хороший совет».



Заключительное слово психолога

В заключение сегодняшнего мероприятия я хочу вам рассказать одну мудрую притчу.

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло - зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро - мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький мальчик, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Я желаю вам, чтобы в вашей борьбе добро и свет всегда побеждали.

Будьте здоровы, счастливы и полны жизненных сил.