

КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕДУ (ПРОФИЛАКТИКА СУИЦИДА СРЕДИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ)

Егорова С.Ю.

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Борисоглебского городского округа Чигоракская средняя общеобразовательная
школа, Воронежская область

Выступление педагога-психолога на педагогическом совете.

Цель: повышение профессиональной компетентности педагогов по профилактике суицида среди детей и подростков.

Задачи:

- 1) познакомить участников педсовета с девиантным поведением, его формами и причинами;
- 2) сформировать основные направления работы педагога с детьми, склонными к суицидальному поведению;
- 3) рассказать о профилактике суицида в работе школьного педагога-психолога.

Методы: лекция, мозговой штурм, игра, рефлексия.

Ориентировочное время проведения: 1 час.

Оборудование:

- презентация;
- листы с именами педагогов, ручки;
- список упражнений и игр, направленных на профилактику суицида;
- памятка для педагогов «Как избежать суицида у ребенка. Подсказки учителю».

Выступление педагога-психолога.

- «У моей матери никогда нет времени на меня, она постоянно пьёт», «мои родители меня не любят, я им не нужен», «мой отец меня бьёт, не разбирая, куда попадёт», «я причиняю сама себе физическую боль, потому что

не вижу выхода из ситуации, мне так легче справиться с проблемой», - так я начала свое выступление на педагогическом совете.

- Это не просто яркие отрывки из книг. С такими откровенными разговорами ко мне, педагогу - психологу, обращаются обучающиеся нашей школы. Агрессивность в подростковой среде, употребление психоактивных веществ, уровень преступности, суицид, интернет-зависимость - все это представляет угрозу не только социальной адаптации, но и жизни несовершеннолетних. В связи с этими угрозами я хочу рассказать о профилактике девиантного поведения детей и подростков.

В ходе педагогического совета я рассказала, что такое девиантное поведение, какие три формы его выделяют. В режиме «мозгового штурма» вместе с педагогами нашей школы перечислили, какие поступки относятся к антисоциальным, асоциальным и аутодеструктивным.

- Все дети приходят в этот мир чистыми, красивыми. Откуда тогда берутся социально запущенные нарушители?

Правонарушителями не рождаются, ими становятся. Так как же достигается такой результат?»

Упражнение «Чистый лист» (беру чистый лист и отрываю при анализе кусочки):

- Давайте представим, что это душа ребёнка.

Когда ребенка не замечают в семье - часть его души отрывается (отрываю часть бумаги).

Когда его не принимают сверстники и не понимают учителя - происходит то же самое.

Когда он становится никому не нужен и перестает верить в себя...что происходит с его душой? (в листе бумаги появляется дыра) Все верно, душа ребенка становится сплошной черной дырой...и вот тогда он чувствует безысходность и отчаяние.

Эти и другие причины формируют факторы риска, которые подталкивают ребенка к отклоняющемуся поведению.

Мозговой штурм. Вместе с педагогами определяем причины, вызывающие отклонения в поведении ребенка: семья, наследственность, проблемы в подростковом возрасте, отсутствие прочных социальных связей (приводим примеры, которые я записываю на интерактивной доске).

- Когда я прихожу к ребятам в класс, то всегда привлекаю в свои занятия детей с девиантным поведением. Одну игру школьники особенно полюбили и дети «группы риска» с большим желанием принимают в ней участие.

Игра с учителями «Хвалилки». Каждый участник вытягивает листок с именем педагога. За 2 минуты нужно найти и записать у него достижения за год, то, за что можно похвалить коллегу. Для повышения интересности и включения креативного мышления можно добавить рисунок - ассоциацию: этот человек в этом году. (Постоянно напоминаю, что цель позитивная – хвалить. А художественное качество рисунка – не важно, можно и нужно объяснить словами, что хотели показать рисунком. Прошу после «хваления» обязательно добавить самому пропущенные достижения).

- Эта игра ребятам нравится тем, что у каждого ребенка, даже самого «плохого», всегда можно и нужно найти то хорошее, за что можно похвалить: лучше других играет в волейбол, рисует и прочее.

В обиде на весь мир, ребенок не чувствует себя защищённым. Он не способен преодолевать стресс, поэтому высокое эмоциональное напряжение может у него вызвать суицидальные попытки.

Слыша новости, как подростки заканчивают жизнь самоубийством, мы либо впадаем в шоковое состояние, либо возмущаемся такими фактами.

Мозговой штурм: вместе с педагогами определяем мотивы суицида, которые я записываю на интерактивной доске (низкая самооценка, дисгармония в семье, отвержение сверстников, неразделенная любовь и тд.).

- Какие меры должен предпринять учитель для предупреждения суицида у подростка:

- Как только заметили у подростка признаки депрессии, то сразу установить эмоциональный контакт, использовать прием «эмпатийное

выслушивание» (задать вопросы о его состоянии, провести беседу о будущем; вселить надежду, что все проблемы можно решить конструктивно, внушить уверенность в себе).

- Создать комфортные условия ребенку в коллективе: использовать индивидуальные и групповые беседы с классом по восприятию отвергаемого ребенка в классе, игры на сплочение, коммуникабельность. (Раздала педагогам список игр и упражнений, направленных на профилактику суицида, в которые можно играть на классном часе: «Лишний», «Дождь. Ветер. Ураган», Андерсен «Калоши счастья» и другие)

- Пропагандировать здоровый образ жизни, чтобы он почувствовал себя уверенным, здоровым и сильным, умел справиться с ситуацией самостоятельно.

- Формировать у ребенка устойчивое положительное представление о себе, волевые качества через поиск таких видов деятельности, где бы ребенок мог почувствовать ситуацию успеха.

- Обратиться к школьному психологу, социальному педагогу и родителям.

(Раздаю педагогам памятки «Как избежать суицид у ребенка. Подсказки учителю»)

- В свою очередь, я провожу регулярную работу, направленную на отслеживание психоэмоционального состояния детей в целях профилактики расстройств эмоционального спектра. Эмоции подростка с суицидальными намерениями отражаются и в его поведении. Суицидальные «маркеры» выявляю на основе наблюдения, беседы, диагностических методик, выдержек с сайтов персональных страниц, предпочитаемых фильмов. Провожу тестирование на изучение психических состояний и школьную тревожность; социометрию, позволяющую выявить отвергаемых ребят; использую Шкалу депрессии у детей и подростков М. Ковач, проективные методы (рисунки на тему «Мое состояние», игра «Волшебная страна чувств» [1]).

Провожу занятия на формирование позитивного отношения к жизни, выбор правильных жизненных ориентиров, на установление доброжелательных

отношений в классе, уверенности в своих силах, повышение самооценки. Обучаю ребят социальным навыкам и умениям преодоления стресса, разрешения конфликтных ситуаций, интернет-зависимости. Просматриваем и обсуждаем социальные ролики на темы «Я умею владеть собой», «Моя жизнь - мой выбор». Также провожу занятия по профилактике психоактивных веществ, молодежных субкультур, буллинга; рассказываю ребятам о Телефоне Доверия и о том, с какими вопросами можно на него обратиться. Вовлекаю детей «группы риска» во внеурочную деятельность школы, кружковую работу, волонтерство; оформляю стенды и добавляю на сайт школы заметки, пропагандирующие ценность человеческой жизни, позитивное мышление.

С родителями веду не менее активную деятельность: осенью я создала и разместила в чатах, на сайте школы, анкеты на темы: «Как сохранить психологическое здоровье ребёнка», «Ребёнок и психоактивные вещества», «Подростковый суицид». Анализ результатов показал, что многие родители не знают, какие меры необходимы для создания психологического благополучия и к чему сводится забота о психологическом комфорте. Также многие никогда не говорили с детьми на тему психоактивных веществ и сами мало что о них знают; информацией о суициде владеют поверхностно (показ педагогам диаграмм с анализом анкет). По результатам анкетирования я стала проводить родительские собрания на тему по профилактике суицидального поведения детей, рассказывать о сложностях подросткового возраста. Регулярно проводить беседы о том, как выстроить доверительные отношения с детьми; как не допустить суицида у детей; как научить ребенка справляться со стрессом, эмоциями. Добавляла на сайт школы заметки: «Игры со смертью. Что делать родителю?», «Ребенок и суицид».

Рефлексия.

Самая важная мысль и самая спорная мысль педсовета для Вас?

Возникла ли у Вас какая-либо идея, которую Вы захотите опробовать после педсовета?

Литература

1. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства подростков. Руководство для подростков / Е.М. Вроно - М.: Академический проект, 2001.
2. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция.- СПб.: Речь, 2003.-248 с.
3. Николаева Н. Программа комплексного взаимодействия с подростками «группы риска» «Грани моего Я» // Школьный психолог, 2006, №15
4. Салахова В.Б., Ощепков А.А. (2017). Особенности социальных групп подростков с девиантной ориентацией. Симбирский научный журнал Вестник, 2(28), 46-54.