**Методическая разработка занятия- тренинга по профилактике суицидального поведения подростков.**

*Целевая аудитория*: обучающиеся 11-14 лет

*Автор*: педагог-психолог Карякина Марина Евгеньевна

МБОУ «Школа №15 для детей с ОВЗ» г. Березники Пермский край

*Мероприятие рассчитано на 40 минут*

**«Ценить настоящее»**

***Цель***: профилактика суицидального поведения подростков

***Задачи:***

-коррекция личностных качеств (эмоциональной неустойчивостью, повышенной тревожностью, адекватностью самооценки и т.д.)

-развитие коммуникативных качеств;

-формирование психологической устойчивости;

-развитие толерантности;

- побуждение учащихся задуматься о собственных ценностях;

-снижение психоэмоционального напряжения.

***Ход работы:***

Принятие правил работы группы.

**1**.**Работа со сказкой**

**«Щедрое дерево»** (автор Ш.Сильверстейн)

Жила в лесу дикая яблоня… И любила яблоня маленького мальчика. Мальчик каждый день прибегал к яблоне, собирал падавшие с нее листья, плел из них венок, надевал его, как корону, и играл в лесного короля. Он взбирался по стволу яблони и качался на ее ветках. А потом они играли в прятки, и когда мальчик уставал, он засыпал в тени ее ветвей. И яблоня была счастлива… Шло время, мальчик подрастал, и все чаще яблоня коротала дни в одиночестве.

Как-то раз пришел мальчик к яблоне, и та сказала:

– Иди сюда, мальчик, покачайся на моих ветках, поешь моих яблок, поиграй со мной, и нам будет хорошо!

– Я слишком взрослый, чтобы лазить по деревьям, – ответил мальчик. – Мне хотелось бы других развлечений. Но на это нужны деньги, а разве ты можешь мне дать их?

– Я бы рада, – вздохнула яблоня, – но у меня нет денег, одни только листья и яблоки. Возьми мои яблоки, продай их в городе, тогда у тебя будут деньги. И ты будешь счастлив!

Мальчик залез на яблоню, сорвал все яблоки и унес их с собой. И яблоня была счастлива.

После этого мальчик долго не приходил, и яблоня опять загрустила. Когда однажды мальчик пришел, яблоня так и задрожала от радости.

– Иди скорей сюда, малыш! – воскликнула она.

– Покачайся на моих ветках, и нам будет хорошо!

– У меня слишком много забот, чтобы лазить по деревьям, – ответил мальчик, – мне хотелось бы иметь семью, завести детей. Но для этого нужен дом, а у меня нет дома. Ты можешь дать мне дом?

– Я бы рада, – вздохнула яблоня, – но у меня нет дома. Мой лес – вот мой дом. Но зато у меня есть ветки. Сруби их и построй себе дом.

И ты будешь счастлив. Мальчик срубил ее ветки, унес их с собой, и построил себе дом. И яблоня была счастлива.

После этого мальчик долго-долго не приходил. А когда явился, яблоня чуть не онемела от радости.

– Иди сюда, мальчик, – прошептала она, – поиграй со мной.

– Я уже слишком стар, мне грустно и не до игр, – ответил мальчик. – Я хотел бы построить лодку и уплыть на ней далеко-далеко. Но разве ты можешь дать мне лодку?

– Спили мой ствол и сделай себе лодку, – сказала яблоня, – и ты сможешь уплыть на ней далеко-далеко. И ты будешь счастливым.

Мальчик спилил ствол, сделал из него лодку и уплыл далеко-далеко. И яблоня была счастлива. …Хоть в это и не легко поверить.

Прошло много времени. Мальчик снова пришел к яблоне.

– Прости, мальчик, – вздохнула яблоня. – Но я больше ничего не могу тебе дать. Нет у меня яблок…

– На что яблоки? – ответил мальчик. – У меня почти не осталось зубов.

– У меня не осталось ветвей, – сказала яблоня. – Ты не сможешь посидеть на них.

– Я слишком стар, чтобы качаться на ветках, – ответил мальчик.

– У меня не осталось ствола, – сказала яблоня. – И тебе не по чему больше взбираться вверх.

– Я слишком устал, чтобы взбираться вверх, – ответил мальчик.

– Прости, – вздохнула яблоня, – мне бы очень хотелось дать тебе хоть что-нибудь, но у меня ничего не осталось. Я теперь только старый пень. Прости…

– А мне теперь много и не нужно, – ответил мальчик. Мне бы теперь только тихое и спокойное место, чтобы посидеть и отдохнуть. Я очень устал.

– Ну что ж, – сказала яблоня, – старый пень для этого как раз и годится. Иди сюда, мальчик, садись и отдыхай.

Так мальчик и сделал. И яблоня была счастлива.

Обсуждение:

-О чем эта сказка?

-Почему яблоня грустила в ожидании мальчика?

-Почему мальчик все время возвращался к яблоне?

-Какие ценности в жизни были у мальчика?

-Какие ценности были у яблони?

-Чем отличаются духовные и материальные ценности?

**2. «Спор ценностей»** (автор Хухлаева О.В.)

Ведущий раздает подросткам листочки с написанными на них ценностями (листочек дается на группу или на пару). После небольшой подготовки они по очереди пытаются доказать, что их ценность важнее и нужнее.

**3. «Попробуй сам!»**

-Друзья, ежедневно собираясь в школу, мы выполняем множество обыденных вещей (учащиеся перечисляют): умываются, одеваются, заваривают чай, готовят бутерброд, собирают портфель, одевают верхнюю одежду и обувь и т.д. Трудно ли вам одеваться? А заварить чай? А застегнуть куртку? (ответы).

**-С**кажите, а инвалидам легко это делать? (ответы учащихся).

-Чтобы это понять необходимо попробовать сделать это самому.

Детям предлагаются следующие задания:

1. Надеть рубашку, при условии, что вторая рука не действует (рука шарфиком привязывается к телу ученика)
2. Надеть брюки при условии, что одна из ног не действует (нога просто сгибается и ею нельзя балансировать )
3. Сделать бутерброд, при условии, что вторая рука не действует (рука шарфиком привязывается к телу ученика)
4. Застегнуть куртку, при условии, что вторая рука не действует (рука шарфиком привязывается к телу ученика)
5. Пройти небольшое расстояние чтобы взять портфель при условии, что одна из ног не действует (нога просто сгибается и ею нельзя балансировать )

Обсуждение.

**4. «Дерево ценностей»** Вывешивается лист ватмана, на котором написаны возможные человеческие ценности с порядковыми номерами и лист ватмана с нарисованным деревом – корень, ствол, ветви. Каждому участнику выдается 3 цветных листочка и один белый (хорошо подходят стикеры на клеевой основе). Предлагается выбрать из списка 3 самые главные ценности для участника, и одну не очень значимую в данный момент, записать номера на листочках и прикрепить к дереву. После объединения листочков подсчитываются результаты.

Получается общегрупповая картина рейтинга ценностей класса.

Обсуждение. Рефлексия.

**Анализ проведенного мероприятия**

Мероприятие было проведено на базе МБОУ «Школа №15 для детей с ОВЗ» г. Березники Пермский край.

Тема мероприятия: «Ценить настоящее». В мероприятии приняли участие 14 учащихся 6 класса. Разработано и проведено педагогом-психологом Карякиной Мариной Евгеньевной.

В ходе проведения мероприятия решались следующие задачи: коррекция личностных качеств (эмоциональной неустойчивостью, повышенной тревожностью, адекватностью самооценки и т.д.), развитие коммуникативных качеств, формирование психологической устойчивости, развитие толерантности, побуждение учащихся задуматься о собственных ценностях, снижение психоэмоционального напряжения.

Форма проведения мероприятия классный час с элементами психологического тренинга. При разработке мероприятия учитывались следующие принципы:

* Целостность - мероприятие должно быть целостным и законченным, подчинено основной теме;
* Последовательность упражнения должны продолжать и дополнять друг друга;
* Доступность – все упражнения должны иметь определенную возрастную адресованность;
* Активность и сознательность – мероприятие должно активировать воспитательные, познавательные процессы участников, а не носить лишь развлекательный характер.

Мероприятие «Ценить настоящее» прошло в соответствие содержания поставленной цели и задачам. Упражнения и задания были понятны и интересны учащимся. Дети активно участвовали во всех заданиях, им очень нравилось, что они могут высказывать свое мнение, и оно принимается коллективом. Оригинальность ответов, как и ожидалось, сменилась продуманностью и глубиной выводов.

По времени классный час занял немного больше времени, но учащиеся не замечали этого, не было усталости т.к. упражнения были разнообразны, происходила смена деятельности.

Дети были активны, уважали право товарищей на собственное мнение. Без наводящих вопросов, самостоятельно сделали выводы в работе со сказкой, примеряя героев сказки на себя. Были убедительны в «Споре ценностей» (автор Хухлаева О.В.). Весело прошло упражнение «Попробуй сам!», но затянулось по времени, т.к. всем хотелось попробовать выполнить задания. Были удивлены и озадачены на сколько непросто инвалиду выполнять те действия, о которых при выполнении мы даже не задумываемся. Выполнение последнего задания также затянулось, учащиеся отнеслись достаточно серьезно и долго не могли проранжировать и выбрать.

Классный час был оснащен ТСО, наглядностью.

Считаю, что цель и задачи поставленные перед проведением мероприятия выполнены. Понятие «жизненные ценности» сформировано. Дети проявили индивидуальность, толерантность к мнению товарищей, занятие заставило задуматься о приоритетности человеческих ценностей. Надеюсь, что выполнение нестандартных заданий позволило детям взглянуть на своих одноклассников по другому и увидеть не просто статус ученика, а упражнение «Дерево ценностей» выявило дальнейшее направление работы.