**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**« ЦЕНТР ПСИХОЛОГО - МЕДИКО - СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ »**

**МИНИСТЕРСВА ПРОСВЕЩЕНИЯ И НАУКИ КБР**

Тренинговое занятие с педагогами и родителями

**Суицид или «крик души». Пути поиска взаимопонимания с ребенком как выход из кризисной ситуации**

**Педагог - психолог ГБУ ЦПМСС**

**ДАОВА АСИЯТ ХАЗРЕТАЛИЕВНА**

**Нальчик, 2024г.**

*ТРЕНИНГОВОЕ ЗАНЯТИЕ С РОДИТЕЛЯМИ, ПЕДАГОГИЧЕСКИМИ РАБОТНИКАМИ*

**Тема:** **«Суицид или «крик души». Пути поиска взаимопонимания с ребенком как выход из кризисной ситуации».**

**Цель:** предупреждение случаев совершения суицидальных попыток обучающихся.

**Задачи:**

1. Ознакомить родителей (законных представителей), педагогических работников с причинами, признаками и характером подросткового суицида.
2. Расширить знания педагогов, родителей о возрастных особенностях психики подростков.
3. Сформировать умения и навыки ведения конструктивного диалога с несовершеннолетним.

**Форма проведения**: тренинг.

**Методы**: лекция, мозговой штурм, групповая и индивидуальная работа, групповое обсуждение, практические упражнения.

**Целевая аудитория**: родители (законные представители), педагогические работники.

**Время занятия:** 90 минут.

**Упражнение «Приветствие»**

Ведущий: «Здравствуйте, уважаемые родители (педагоги)! Наша встреча сегодня не случайная, мы собрались для того, чтобы обсудить очень важную тему – суицид среди подростков. Перед нами много вопросов: что же такое суицид? почему это страшное явление проявляется именно в подростковом возрасте? что толкает подростков к этому? как можно предотвратить суицид? и другие. Прежде чем мы перейдем к содержательной части нашей встречи, я предлагаю познакомиться друг с другом. Назовите, пожалуйста, свое имя и расскажите о себе то, что считаете нужным».

**Упражнение «Ассоциации**»

**Цель**: изучение уровня информированности родителей (законных представителей), педагогических работников о подростковом суициде – как негативном явлении общества, дать возможность участникам выразить свое отношение к проблеме суицида.

**Метод**: «мозговой штурм», обсуждение в общем кругу.

Материалы: листы флип чарта, маркеры. Участникам предлагается, как можно больше назвать ассоциации к понятию «суицид». Все идеи записываются на доске (ватмане).

Цель «мозгового штурма» в том, чтобы собрать как можно больше идей по поводу специфических проблем от всех участников занятия на протяжении ограниченного периода времени путем расторможения. После презентации проблемы ведущий приглашает всех назвать идеи, комментарии, ассоциации, фразы или слова, связанные с этой проблемой, записывает все предположения на доске или на большом листе по порядку их произношения без замечаний, комментариев или вопросов. Присутствующие также не должны комментировать предложения других. После того как собраны ассоциации, ведущий предлагает участникам дать определение термину «суицид». Затем зачитывает определение. Суицид – сознательный акт самоуничтожения, по собственной воле, в связи с эмоциональным кризисом или многосторонним недомоганием человека, ни одна из потребностей которого не удовлетворена.

**Упражнение «Предпосылки и причины возникновения суицидальных попыток»**

**Цель:** выявление представлений родителей (законных представителей), педагогических работников о причинах совершения подростками суицидальных попыток.

**Метод:** автобусная остановка.

Материалы: листы флип чарта, маркеры. Ведущий делит участников на 3 мини-группы. Каждая группа находится около флип чарта, на котором написан вопрос. Участники должны за 2 минуты представить как можно больше ответов, возможных вариантов. После этого группы по часовой стрелке перемещаются к следующему флип чарту.

**Вопросы:**

1. «Что является причиной подросткового суицида?»

2. «Какие чувства испытывает подросток, имеющий суицидальные наклонности?»

3. «Как можно заметить, что ребенок имеет суицидальные наклонности?» (вербальные, поведенческие признаки). Затем группы презентуют работы.

**Ведущий подводит итоги.**

**Упражнение «Мифы»**

Цель: дать возможность участникам выразить свое отношение к проблеме суицида, развенчание мифов. Метод: индивидуальная работа, обсуждение. Психолог зачитывает утверждения, если участники согласны с ним, то встают справа от ведущего, если не согласны - слева. Ведущий предлагает обосновать свой выбор каждой группе, участники высказывают свое мнение. Если после дискуссии выбор изменился, то участник может присоединиться к другой группе. Важно следить ведущему, чтобы аргументирование своей позиции не перешло в конфликт, психолог подчеркивает, что у каждого из нас есть свое мнение, и цель этого упражнения не переубедить участников, а выслушать мнение каждого, увидеть, насколько по-разному каждый видит мир.

**Вопросы для обсуждения:**

• Что было важным? Что вас удивило?

• Изменил ли чей-то аргумент ваше мнение?

• Как можно назвать данные утверждения?

• Есть ли на них правильные ответы?

Психолог подчеркивает, что данные утверждения являются стереотипами, т.е. не критично принятым опытом.

**Упражнение «Вырвись из круга»**

**Цель:** показать, как можно вести себя в сложной жизненной ситуации.

**Метод:** групповая работа. Все встают в круг. Один из участников располагается в центре. Задача «круга» – ни при каких условиях не выпускать этого участника.

Задача участника – любым способом выбраться из него.

**Вопросы для обсуждения для участников в круге:**

• Какие чувства испытывал?

• Какие использовал средства?

• Почему удалось / не удалось выйти из круга?

Для «круга»:

• Какие чувства испытывали?

• Почему использованные средства на вас не подействовали / подействовали?

Ведущий подводит участников группы к тому, что чувствуют дети в кризисной ситуации, как себя ведут взрослые, окружающие его.

**Упражнение «Чтобы сохранить жизнь…»**

**Цель**: выработка новых навыков ведения конструктивного диалога с подростком. Обучение техники активного слушания. Материалы: листы флип чарта, маркеры.

**Инструкция:** родители (законные представители), педагогические работники делятся на две группы, каждой группе раздаются листы формата А4, и просят разработать памятку «Тактика поведения родителей в разговоре с подростком».

Информирование родителей: психолог знакомит с тем, какое может быть слушание – пассивное (безмолвное) и активное (рефлексивное). Безмолвное слушание – минимизация ответных реакций («Да, да», «Я тебя слушаю»), поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия. Если подростку важно высказаться и быть выслушанным, такого слушания может быть вполне достаточно. Психолог рассказывает о важности активного слушания как способа решения проблем подростков, о его приемах (пересказ, уточнение, отражение чувств и т.д.), последствиях. Активное слушание создает отношения теплоты; родители, педагоги могут «почувствовать себя в шкуре» ребенка; облегчается решение проблем подростка; у детей появляется желание прислушаться к их мнению.

Психолог знакомит с правила активного слушания:

• слушайте внимательно, обращайте внимание не только на слова, но и на невербальные проявления подростка (мимика, позы, жестикуляция);

• проверяйте правильно ли Вы поняли слова подростка, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;

• не давайте советов;

• не давайте оценок. Мини-лекция «Правила общения с подростком, имеющим суицидальные наклонности».

Рефлексия тренинга

• Что нового Вы узнали сегодня?

• Что для Вас было важным, значимым?

• С каким чувством Вы заканчиваете встречу?

• Какие вопросы остались без ответа?