

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«ЛУГАНСКИЙ КОЛЛЕДЖ СТРОИТЕЛЬСТВА, ЭКОНОМИКИ И ПРАВА»

**СЦЕНАРИЙ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ  
«МЫ ВЫБИРАЕМ ЖИЗНЬ!»**



**Автор:** Мысник К.В.,  
социальный педагог

г. Луганск – 2020

## **Пояснительная записка**

Проблема профилактики суицидального поведения обучающихся представляется особенно актуальной, поскольку в последние годы участились случаи суицидов и суицидальных попыток среди подростков.

Мир высоких технологий, порождающий большое количество неудовлетворенных потребностей, а также ряд неустойчивых психических состояний, вносит деструктивное начало в жизнь индивида.

Причины суицида возникают как результат социально-экономической нестабильности общества, изменений в содержании ценностных ориентаций, неблагоприятных семейно-бытовых отношений, отсутствия родительского внимания, именно поэтому проблема профилактики суицидального поведения у подростков является наиболее важной проблемой современного общества.

Выбор данной категории обучающихся обоснован тем, что именно в подростковом возрасте проблемы поиска смысла жизни и жизненных ориентиров становятся наиболее остры и актуальны. Помимо этого, для студентов в этом возрасте важно не только определить жизненные приоритеты, но и презентовать их своим сверстникам, т.к. общение и самопознание является ведущими в этом сложном возрасте. Реализация данного воспитательного мероприятия «Мы выбираем жизнь!» позволяет студентам глубже заглянуть в свою личность, заявить о себе, поднять самооценку, стать более уверенным в своих силах, обрести смыслы своей жизни.

### **Цели:**

- раскрыть проблему суицидального поведения среди несовершеннолетних.
- осуществить профилактику подросткового суицида.
- сформировать жизнеустойчивые позиции у подростков и их бережное отношения к своей жизни.

### **Задачи:**

- сформировать положительную самооценку и принятие себя как ценности.
- развить креативность в решении проблемных задач.
- продолжить знакомить студентов с понятием «суицид», «суицидальное поведение»;
- научить студентов распознавать признаки суицида;
- ознакомить со способами оказания помощи людям, склонным к суициду.

**Форма мероприятия:** диспут-беседа.

**Целевая аудитория:** студенты колледжа.

**Время проведения мероприятия:** 80 минут

**Материально-техническое обеспечение и специальное оборудование:**

- стулья по количеству участников, столы.
- ноутбук с проектором (для слайдовой презентации, показа видеороликов);
- бумажные цветы и ручки по количеству участников;
- стеклянная банка, крупа, песок, вода, камни.

## **ХОД МЕРОПРИЯТИЯ**

### **1. Вступительное слово**

**Ведущий.** Добрый день уважаемые студенты! Мы очень рады вас видеть сегодня на нашем мероприятии. Для того, чтобы узнать его тему, предлагаю посмотреть видеоролик. Внимание на экран.

**Демонстрация фрагмента видеофильма**

***Видеоролик «Живи»***

***//<https://www.youtube.com/watch?v=KgQNvRcoJoc>***

**Ведущий.** Как вы думаете, о чем мы сегодня поговорим? Правильно, мы сегодня поговорим о нашей жизни и о том, что жить прекрасно!

И начать я бы хотела с высказывания *Леонардо Да Винчи:*

*Помни, жизнь есть дар,  
Великий дар,  
И тот, кто ее не ценит,  
Этого дара не заслуживает.*

**Ведущий.** Каждому из нас природа подарила бесценный дар – жизнь! Она создала все, чтобы человек был счастлив! Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас людей – сильных, красивых, разумных.

**Ведущий.** Каждый человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного поступка. Но почему, же некоторые люди губят свою жизнь?

## **2. Информативный блок**

**Ведущий.** О проблемах суицида нам расскажет.

*1 участник:*

В нашей современной жизни порой происходят такие трагические события, когда внезапно гибнут люди, множество людей. В трудные минуты жизни с особенной остротой задумывается, что такое человеческая жизнь, можно ли избежать несчастья и как справиться с душевным стрессом. Одной из злободневных проблем современного мира стала склонность человека к суициду (самоубийству) – осознанного лишения себя жизни.

Согласно статистике, за последнее десятилетие количество самоубийств среди детей и подростков выросло в 3 раза.

Суицид является второй по частоте причиной смерти среди детей и молодых людей в возрасте от 10 до 24–х лет.

По различным данным среди детей-самоубийц от 60 до 78% – это дети из благополучных, полноценных семей.

Почти 85% подростков хоть раз в жизни об этом думали. Хотя на самом деле никто из этих детей не хочет умирать.

На одну смерть в среде подростков и молодёжи приходится до 200 нереализованных суицидальных попыток. Ежегодно, каждый двенадцатый подросток в возрасте 15-19 лет пытается совершить попытку самоубийства.

Пик суицидов приходится на старший подростковый возраст – 14-16 лет. Детей младше 11 лет тоже посещают трагические фантазии во время отчаяния и непонимания со стороны взрослых.

75-70% суицидов совершают психически здоровые дети.

В наше время одной из основных причин совершение попыток суицида среди подростков стало их вступление в так называемые «Группы смерти». Механизм работы подобных групп весьма прост. Подросток переходит по игровой ссылке и попадает в одну из групп в соцсетях. С ним сразу же связывается так называемый куратор. Сначала он старается узнать о новом участнике как можно больше, вплоть до его настроения и домашнего адреса. Затем подростку присылают задания — проверку на смелость...

Поначалу всё выглядит безобидно, например, приказывают нарисовать на руке символ группы. Затем задания становятся всё более опасными.

Суть подобных задач и ребусов в том, чтобы завлечь подростка, заинтересовать его. Ключевым заданием является проявление агрессии и доведение его до совершения суицида. Потому общаясь в соцсетях и вступая в какие-либо группы, будьте внимательны. Не торопитесь сообщать незнакомым вам людям, личные данные и место нахождения. Если кто-то вызывает у вас подозрение, навязывает свое общение или угрожает, обратитесь за помощь к родителям и преподавателям. Внимательно выбирайте свой круг общения.

*Студент читает стихотворение «Самоубийство» автор Полина Чумак*

На планете

На нашей огромной

Убивают так часто себя:

И Плохой,

И Хороший,  
И Добрый  
Улетают от нас в небеса.  
Не жалея, не плача, не веря  
Никого, никогда и никак.  
И для каждого эта потеря  
Как зловещий,  
Как сумрачный знак.  
Мы на свет родились,  
Для того чтобы жить  
И потомство оставить свое.  
Чтобы в лучшую сторону мир изменить  
Билось сердце твое и мое.  
Жить, Надеяться, Верить, Любить и Мечтать.  
Босиком по росе за звездой  
Спотыкаться и падать  
И снова вставать  
Жизнь-борьба и не нужно другой.  
Так, мне никогда не понять тех людей,  
Кто стремиться покончить с собой.  
Кто почти и не жил.  
Ни семьи, ни детей  
Сам охотно идет в мир иной.  
Раз и все...  
Как не жил...Ничего больше нет...  
Только слезы родных, матерей.  
Только холмик, цветок,  
только мрак, а не свет.  
И не долгая память людей.

**Дискуссия**

## **Ведущий:**

А вас посещали когда-нибудь мысли о совершении суицида?

Поддерживаете ли вы подростков, которые, совершают подобные поступки?

Давайте узнаем, как раньше люди относились к суициду.

## **2 участник**

Исторически первыми формами самоубийств были так называемые ритуальные самоубийства. В последний путь вместе с властителем отправлялись воины его личной охраны, принимавшие смертельный яд. У древних кельтов, доживание до немощной старости считалось позором для воинов. По их мнению, людей, добровольно обретших смерть, ожидало блаженное существование.

В средневековой Японии ритуальное самоубийство – являлось одним из способов смыть нанесённое оскорбление. В случаях, когда не возможно было ответить противнику мечом.

История античного мира рассказывает о ряде самоубийств замечательных людей того времени Катон Утический в знак протеста против единовластия Юлия Цезаря, Марк Юлий Брут, после поражения в битве при Филиппах, Марк Антоний, сокрушённый в гражданской войне 30 г. до н. э., бросились на свои мечи.

Во всех случаях человек лишал себя жизни не потому, что он сам хотел этого, а потому, что он должен так поступить.

Большинство самоубийц, как правило, хотели вовсе не умереть - а только достучаться до кого-то, обратить внимание на свои проблемы, позвать на помощь. Это явление психиатры часто называют демонстративным суицидом.

С распространением христианства отношение к самоубийствам резко изменились. Люди, обращённые к Богу, никогда самостоятельно не обрывают свою жизнь. Самоубийство расценивается как тяжкий грех, малодушие, отказ проявить духовную силу и выдержать испытание.

Демонстративный суицид иногда проявляется и как способ своеобразного шантажа чаще со стороны именно слабых людей, у которых просто нет других способов воздействия. Мол, «сделай то-то и то-то, или я застрелюсь, повешусь, брошусь под поезд...».

Законы Людовика Святого для самоубийц предусматривали конфигурацию имущества, если же это был дворянин, замок его ко всему прочему разрушали и герб ломали.

В России Петр велел: «Ежели кто себя убьёт, мёртвое тело, привязав к лошади, волочить по улицам, за ноги повесить, дабы, смотря на то, другие такого беззакония чинить над собой не отважились».

Проблема суицида привлекает внимание общества и сегодня.

Суицид – это сложное явление, которое можно рассматривать с двух сторон. С одной – Человек, покончивший с собой, вызывает жалость и страдание. С другой – сам факт суицида осуждается как грех и даже преступление. В жизни человека есть опасные периоды, когда над ним сгущается тьма. Если человеку удастся вырваться из неё, он спасён, вот почему в иные минуты так важно, бывает понимание и помощь. Может спасти сказанное слово или даже взгляд, дающий почувствовать, что он не один на белом свете.

Причин самоубийств множество. Люди убивают себя из-за несчастной любви, от сильной страсти или не сложившиеся семейной жизни; убивают от позора, бессилия и бесчестия, от потери состояния и нужды; убивают, чтобы избежать измены и предательства; от безнадежной болезни и мучительных страстей.

Человек считает себя единственным хозяином своей жизни и смерти. Его жизнь, есть не только его, на которую он имеет абсолютное право собственности. Она также есть жизнь его близких, друзей, общества, наконец, всего мира, частичкой, которой он является.

**Ведущий:** Давайте посмотрим видеоролик о возможных последствиях данного явления



Демонстрация фрагмента видеофильма  
Видеоролик «Я не хочу жить! меня все достало!»  
// [https://www.youtube.com/watch?v=\\_sCyzrW7uqM](https://www.youtube.com/watch?v=_sCyzrW7uqM)

*Студент читает стихотворение «Исповедь самоубийцы» автор  
Сергей Есенин*

Простись со мною, мать моя,  
Я умираю, гибну я!  
Больную скорбь в груди храня,  
Ты не оплакивай меня.

Не мог я жить среди людей,  
Холодный яд в душе моей.  
И то, чем жил и что любил,  
Я сам безумно отравил.

Своею гордою душой  
Прошел я счастье стороной.  
Я видел пролитую кровь  
И проклял веру и любовь.

Я выпил кубок свой до дна,  
Душа отравой полна.  
И вот я гасну в тишине,  
Но пред кончиной легче мне.

Я стер с чела печать земли,  
Я выше трепетных в пыли.  
И пусть живут рабы страстей —  
Противна страсть душе моей.

Безумный мир, кошмарный сон,  
А жизнь есть песня похорон.  
И вот я кончил жизнь мою,  
Последний гимн себе пою.

А ты с тревогою больной  
Не плачь напрасно  
Надо мной.

### **Дискуссия**

**Ведущий.** Сейчас я хочу узнать ваше мнение.

- В связи с чем возникают случаи подросткового суицида?
- Как можно предотвратить подобное явление?

**Ведущий.** Часто причиной негативных мыслей человека служит – депрессия. Находясь в таком состоянии сложно, контролировать свои мысли, чувства и объективно оценивать происходящее. Каждому из нас необходимо знать, как справиться с этим состоянием.

### **3 участник**

Я расскажу вам о 6-ти способах, как выйти из депрессии.

#### ***1. Займитесь спортом.***

Не стоит начинать с больших физических нагрузок. Пусть это будет десятиминутная утренняя зарядка.

#### ***2. Гуляйте на свежем воздухе.***

Если ваше место работы не слишком далеко от дома, то откажитесь от общественного транспорта и ходите в колледж и с колледжа пешком.

Это поможет вам и мозг насытить кислородом, и лишние килограммы прогнать со своей фигуры.

#### ***3. Ухаживайте за собой, даже если на это нет ни сил, ни желания.***

Один из симптомов депрессии – нежелание заботиться о своем внешнем виде.

#### ***4. Питайтесь правильно.***

Ешьте побольше овощей и фруктов, не отказывайтесь от шоколада, орехов, сухофруктов.

#### ***5. Отдохните.***

Здоровый сон, отсутствие стресса, трехразовое питание, вернут вас к жизни.

**6. *Общайтесь с родными и близкими.***

Преодолевайте желание спрятаться ото всех в своей квартире.

Не стоит вам находиться наедине со своими мыслями в столь трудное для вас время.

**Ведущий:** А что же делать, если вы заметили, что ваш друг изменился и стал говорить о попытке суицида? Расскажите, какие у вас есть возможные варианты решения такой ситуации?

Все ответы были верными, обратите внимание на экран, на нем вы можете увидеть рекомендации, в случае если вы окажетесь в подобной ситуации.

1. Будь внимательным слушателем.
2. Прояви заботу о своем друге. Дай понять ему, что он нужен тебе и окружающим его людям.
3. Не спорь и не проявляй агрессии.
4. Внимательно отнесись ко всем жалобам и обидам!
5. Предложи конструктивные способы решения его проблемы!
6. Определи степень серьезности его намерений. Если у друга в данной ситуации есть определенный план самоубийства, ситуация очень серьезная!
7. Не оставляй друга одного ни при каких обстоятельствах!
8. Попробуй убедить друга обратиться за помощью. Если он не согласен, обратись сам за помощью к специалистам (психологу, врачу и т.д.).

**Ведущий.** Я хочу, чтобы все вы обратили внимание на экран и послушали «Притчу про мудрого ослика», после просмотра которой сделали для себя выводы.

**Демонстрация фрагмента видеофильма**

**Видеоролик «Притча про мудрого ослика»**

**// <https://www.youtube.com/watch?v=oRT5QUShDnU>**

**Ведущий.** На нелегком пути взросления каждого могут подстергать трудности и опасности. Каждый человек на протяжении своей жизни преодолевает множество преград. От ошибок никто не застрахован. Мы постоянно сталкиваемся со всевозможными проблемами, иной раз трудными, даже, казалось бы, неразрешимыми. И ошибиться тут не мудрено. Но почти любая ошибка – поправима. Потому что решение есть у любой проблемы, хотя его поиски порой отнимают много времени и сил, приносят массу огорчений. Из услышанного можно сделать вывод словами известного американского психолога Анны Анастаси: «Отвечать на удары судьбы можно по-разному – унынием, депрессией, либо напряжением всех сил, дабы доказать судьбе, что ей тебя не одолеть».

Единственная непоправимая ошибка – попытка «выйти из игры», отказаться от поиска решений, то есть, отказаться от самой жизни. Мир окрашен не только в черно-белые тона! Не существует ни одной причины, по которой можно было бы отказаться от своего будущего! Зато есть много причин не делать этого.

### **Проведение упражнения «Цветок жизни»**

**Ведущий:**

У вас на столах есть цветок жизни, напишите на нем то, что вы больше всего цените в своей жизни. Кто готов рассказать о своем цветке?

Вот видите. Впереди еще столько всего интересного! Столько радостей и удач! Глупо их лишиться из-за того, что сегодня на душе пасмурно!

**Ведущий:** Часто мы слышим о том, что надо легко жить, наслаждаясь жизнью. Ведь жизнь довольно приятная и человек хочет получить от жизни максимум удовольствия. В чем же заключается смысл жизни?

### **Проведение упражнения «Банка»**

Взять пустую банку наполнить ее камнями

- полна ли банка?

добавить туда крупы и потрясти

- полна ли банка?

Досыпать песок

- полна ли банка?

Добавить воды

- полна ли банка?

А сейчас я хочу, чтобы вы поняли, банка — это ваша жизнь.

Камни — это важнейшие вещи вашей жизни: семья, здоровье, друзья, — всё то, что необходимо, чтобы ваша жизнь всё-таки оставалась полной даже в случае, если всё остальное потеряется.

Крупа — это вещи, которые лично для вас стали важными: учеба, дом, работа.

Песок — это всё остальное, мелочи, повседневной жизни

Если сначала наполнить банку песком, не останется места, где могли бы разместиться крупа и камни. И также в вашей жизни, если тратить всё время и всю энергию на мелочи, не остаётся места для важнейших вещей. Занимайтесь тем, что вам приносит счастье. Занимайтесь, прежде всего, камнями, то есть самыми важными вещами в жизни; определите ваши приоритеты: остальное — это только песок.

Какое значение имеет вода? Как бы ни была ваша жизнь занята, всегда есть немного места для праздного безделья.

*Студент читает стихотворение «Дорожите счастьем, дорожите!»  
автор Эдуард Асадов*

Дорожите счастьем, дорожите!

Замечайте, радуйтесь, берите

Радуги, рассветы, звезды глаз-

Это все для вас, для вас, для вас.

Услыхали трепетное слово-

Радуйтесь. Не требуйте второго.

Не гоните время. Ни к чему.

Радуйтесь вот этому, ему!

Сколько песне суждено продлиться?

Все ли в мире может повториться?  
Лист в ручье, снегирь, над кручей вяз...  
Разве будет это будет тыщу раз!  
На бульваре освещают вечер  
Тополей пылающие свечи.  
Радуйтесь, не портите ни чем  
Ни надежды, ни любви, ни встречи!  
Лупит гром из-под небесной пушки.  
Дождик, дождь! На лужицах веснушки!  
Крутит, пляшет, бьет по мостовой  
Крупный дождь в орех с величиной!  
Если это чудо пропустить,  
как тогда уж и на свете жить?!  
Все, что мимо сердца пролетело,  
Ни за что потом не возвратить!  
Хворь и ссоры временно отставьте,  
Вы их все для старости оставьте.  
Постарайтесь, чтобы хоть сейчас  
Эта «прелесть» миновала вас.  
Пусть бормочут скептики до смерти.  
Вы им, желтым скептикам, не верьте-  
Радости ни дома, ни в пути  
Злым глазам, хоть лопнуть, -не найти!  
А для очень, очень добрых глаз  
Нет ни склок, ни завести, ни муки.  
Радость к вам сама протянет руки,  
Если сердце светлое у вас.  
Красоту увидеть в некрасивом,  
Разглядеть в ручьях разливы рек!  
Кто умеет

В буднях быть счастливым,  
Тот и впрямь счастливый человек!  
И поют дороги и мосты,  
Краски леса и ветра событий,  
Звезды, птицы, реки и цветы:  
Дорожите счастьем, дорожите!

### **Просмотр видеоролика «Жить»**

// [https://www.youtube.com/watch?v=X\\_GJAvZ4\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=X_GJAvZ4_M)

**Ведущий:** Уважаемые участники, прошу вас поделиться полученными эмоциями, впечатлениями и выводами, которые вы сделали для себя.

После той информации, которую вы сегодня получили в ходе мероприятия, ответьте мне на вопрос: «Вы сможете остановить того человека, который собирается совершить попытку суицида?»

**Ведущий:** В завершении нашего мероприятия мне бы хотелось, чтобы вы все вместе прочли стихотворение, которое находится на экране. Я говорю слово жить, а вы продолжаете. Давайте попробуем.

Жить – ради радости счастья,  
Жить – ради горечи слез.  
Жить – ради слова участия,  
Жить – ради прелести грез.  
Жить и в страданье, и в ласке,  
В вере, в безверье, во сне,  
И в упоении сказки,  
И в поклоненье весне.

**Ведущий:** Наше мероприятие подошло к концу! До новых встреч!