Методическое объединение учителей начальной школы

НРМОБУ «Сингапайская СОШ»

Протокол № 2 от 22.09.2021 г.

**Семинар: «Признаки аутодеструктивного поведения несовершеннолетних и педагогические условия для их преодоления»**

**Дата проведения:** 22.09.2021 г.

**Цель:** создание условий для повышения профессиональной компетентности педагогов попрофилактике детского аутодеструктивного поведения.

**Присутствовали:** учителя, воспитатели начальной школы.

**Приглашенные:** Н.Т. Сухарева, педагог-психолог, Л.В. Фоменко, социальный педагог, Н.А. Москалюк, зам.дир. по ВР.

**Повестка (вопросы семинара):**

1. Вступительное слова (Н.А. Москалюк, М.В. Нефедова).

2. Теоретическая основа понятия «аутодеструктивного поведения несовершеннолетних» (Л.В. Фоменко).

3. Признаки аутодеструктивного поведения несовершеннолетних (Н.Т. Сухарева).

4. Создание педагогических условий для преодоления аутодеструктивного поведения: практикум жизнеутверждающих навыков (М.В. Нефёдова).

**По первому вопросу слушали:**

М.В. Нефедова, руководитель МО учителей начальных классов, представила план работы.

Н.А. Москалюк, зам. дир. по ВР, представила письмо директора ДОиМП Нефтеюганскогорайона.

**Решили по первому вопросу:**

Принять информацию к сведению, план работы семинара.

**По второму вопросу слушали:**

Л.В. Фоменко рассказала о теоретических аспектах понятия «аутодеструктивного поведения несовершеннолетних». Существует классическое определение: аутодеструктивное поведение является формой девиантного (отклоняющегося) поведения; это действия, направленные на нанесение прямого или косвенного вреда собственному соматическому или психическому здоровью. Девиантное поведение определяется как поступки или действия индивида, не соответствующие ожиданиям и нормам, которые фактически сложились или официально установлены в данном обществе. Распространенность суицидов, токсикомании, нехимических зависимостей, алкоголизации, наркотизации и других видов самоповреждающего поведения достигли масштабов социальной катастрофы. Отрицательное влияние аутодеструктивного поведения на качество жизни людей, а также интеллектуальный, профессиональный, генетический потенциал общества делает проблему исследования путей его профилактики чрезвычайно актуальной. Аутодеструктивное поведение – сложный и опасный феномен, широко распространенный в настоящее время. Это поведение, угрожающее жизни, физическому или психологическому здоровью, нормальному развитию самого человека. В настоящее время наиболее распространены следующие его формы:

1) Суицидальное поведение считается наиболее опасной формой. А.Е. Личко выделяет демонстративное, аффективное и истинное суицидальное поведение.

2) Пищевая зависимость (булимия и анорексия) – нарушения пищевого поведения, возникающее из-за особенностей характера человека, его отношения к тому, как его воспринимают окружающие.

3) Аддитивное поведение – химические (злоупотребление психоактивными веществами – алкоголизм, наркомания, токсикомания, курение) и нехимические зависимости, информационную зависимость от СМИ, экономическую зависимость (от иерархии и денег), зависимость от обладания (хобби, привязанность к домашним животным, коллекционирование), зависимость от перенесенных расстройств, травм, тяжелых болезней и утрат, «запойное» чтение, синдромы скупости и транжирства.

4) Фанатическое поведение (вовлеченность в деструктивно-религиозный культ, сверхсильная увлеченность каким-либо видом спорта или музыкальным направлением). Наиболее опасным и травмирующим для человека видом фанатического поведения является «уход» в деструктивный культ.

5) Виктимное поведение (от англ. victim - жертва) - действия или бездействие, побуждающие другого человека к совершению легкомысленного, аморального или противоправного поступка. Психологической основой такого поведения является заниженная самооценка, страх разрыва значимых отношений, чувство вины за собственное несовершенство и представление о «справедливости» «наказаний». В результате психологической коррекции или психотерапии, «жертвы» находят в себе мужество разорвать деструктивные отношения, усваивают представление о собственной ценности, признают за собой право быть любимыми и уважаемыми, жить достойно.

6) Деятельность с выраженным риском для жизни – это экстремальные виды спорта, превышение скорости при езде на автомобиле и т.п. Такое поведение часто социально одобряемо, окружающие восхищаются «смелостью» и «мужеством» таких людей, хотя эти «увлечения» несут явную угрозу жизни и здоровью.

Аутодеструкция - это аномальное состояние личности, выражающееся в стремлении индивида к саморазрушению вследствие искажения его социализации. Она находит свое выражение в наркомании, токсикомании, алкоголизме, попытках самоповреждения, суициде, пропусках школьных занятий, бессодержательном времяпрепровождении.

Однако аутодеструктивное поведение конкретного индивида зависит, прежде всего, от психологических особенностей субъектов социального взаимодействия. Об этом говорят следующие факты:

1) в одной и той же социальной среде люди демонстрируют совершенно разное поведение;

2) аутодеструктивное поведение формируется не только в условиях девиантной субкультуры, но сплошь и рядом – в обычных социальных условиях;

3) в одной и той же семье дети ведут себя по-разному;

4) у людей с идентичными нервно-психическими расстройствами в одних случаях имеет место аутодеструктивное поведение, в других – нет.

Социальные и биологические теории не могут объяснить перечисленные противоречия, поскольку действительными причинами аутодеструкции выступают личностные особенности и психологические механизмы аутодеструктивного поведения.

**Решили по второму вопросу:**

Принять информацию к сведению.

**По третьему вопросу слушали:**

Н.Т. Сухарева представила информацию о признаках аутодеструктивного и «здорового» поведения.

Систематизируя подходы к критериям психического здоровья, выделили следующие признаки:

1. в сфере психических процессов – это адекватное восприятие самого себя, субъективных образов отражаемых объектов действительности, способность к концентрации внимания на предмете, к удержанию информации в памяти, к логической обработке информации, критичность мышления, креативность), дисциплина ума (управление потоком мыслей);

2. в сфере психических состояний – это эмоциональная устойчивость, зрелость чувств, соответствующая возрасту, способность к совладанию с «негативными» эмоциями, свободное естественное проявление эмоций и чувств, способность радоваться, способность сохранять привычное (оптимальное) самочувствие;

3. среди свойств личности: это оптимизм, сосредоточенность, уравновешенность, нравственность, адекватный уровень притязаний и самооценки, ответственность, уверенность в себе, необидчивость, трудолюбие, независимость, непосредственность, чувство юмора, доброжелательность, самоуважение, самоконтроль, воля, энергичность, активность, целеустремленность.

**Решили по третьему вопросу:**

Принять информацию к сведению.

**По четвертому вопросу слушали:**

М.В. Нефёдову, которая представила возможные условия для преодоления аутодеструктивного поведения в виде практических упражнений жизнеутверждающих навыков. Были представлены упражнения, направленные на:

• эмоциональная поддержку и установление доверительных отношений;

• развитие стрессоустойчивости;

• коррекция самооценки;

• снятие психологического и физического барьеров.

***Упражнение 1. «Доброе животное».***

Встаньте в круг плечом к плечу и возьмите друг друга за руки. Вы — одно большое доброе животное. Животное дышит. Шаг назад – вдох. Шаг вперед — выдох. У животного бьется сердце. Два шага назад — притопывая, два шага вперед. Спасибо.

Какие эмоции, ощущения вы испытали? (высказывания по желанию)

***Упражнение 2.  «Оцени свою работоспособность?»***

Всем участникам предлагается оценить свою работоспособность по 5-ти бальной системе. Например, «я чувствую себя на 3 балла, потому что сегодня не выспался».

***Упражнение 3. Разминка «Стаканчик».***

Ведущий ставит на ладонь мягкий стаканчик (одноразовый) и говорит участникам группы следующее: «Представьте, что этот стаканчик – сосуд для самых ваших сокровенных чувств, желаний и мыслей (пауза). В него вы можете положить то, что для вас действительно важно и ценно (пауза), это и есть то, что вы любите и чем очень дорожите». На протяжении нескольких минут в комнате царит молчание, и в неожиданный момент ведущий сминает стаканчик. Затем ведется работа с эмоциональными реакциями, возникшими у участников группы. Важно обсудить, что почувствовали участники, и что им захотелось сделать. Заключительная фраза ведущего этого упражнения может быть следующей: «То, что вы сейчас пережили, - это реальный стресс, это реальное напряжение, и то, как вы это пережили, и есть ваша настоящая реакция на стресс, реакция на проблемы, которые возникают у вас, в том числе и в общении с другими людьми».

***Упражнение 4. «Рыба для размышления».***

Каждый участник группы «ловит рыбу», доставая из корзинки карточку с неоконченным предложением. После этого он зачитывает предложение, завершая его своими собственными словами. Предложения на карточках:

Самый большой страх — это…

Я не доверяю людям, которые…

Я сержусь, когда…

Я не люблю, когда…

Мне грустно когда…

Когда я спорю…

Когда на меня повышают голос, я…

Самое грустное для меня…

Человек считается неудачником, если…

Мне скучно, когда…

Я чувствую неуверенность, когда…

Обсуждение.  Какое чувство вы испытали, заканчивая предложения? Действительно, каждый из нас переживал чувства страха, неуверенности, неуспеха. Наверное, случалось, что вы были обижены, у вас было плохое настроение или на душе грустно, или вы просто скучали. В этот момент каждому хочется иметь поддержку и защиту.

***Упражнение 5: «Мы тебя любим».***

Все участники становятся в круг. Каждый участник по очереди выходит в центр, его хором называют по имени три раза. Затем хором проговаривают фразу: «Мы тебя любим!».

**Решили по четвертому вопросу:**

Принять информацию к сведению, использовать упражнения в работе с детьми.