*Психологическая акция*

***«Я выбираю жизнь!»***

Цель: профилактика суицидального риска.

Задачи:

* позитивизация эмоционального состояния участников акции.
* повышение компетентности родителей и педагогов в области профилактики суицидального поведения.
* повышение компетентности учеников в области оказания поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной ситуации.

Категории участников: школа, родители, приглашенные специалисты.

Необходимые материалы: бумага, фломастеры, карандаши, обои или ватман, цветные стикеры, двухсторонний скотч, ножницы, гуашевые краски, емкости для краски (одноразовые тарелочки), широкие кисти (по количеству цветов).

**План проведения**

В фойе первого этажа по всему периметру стен прикреплены белой стороной обои (либо ватман). В нескольких местах под обоями стоят столы, на которых расположены емкости с яркой гуашевой краской и салфетками. У столов дежурят медиаторы. На центральной стене висит девиз – «Мы голосуем за жизнь!» Каждый приходящий в школу приглашается к столам с краской. Медиаторы берут его за руку, ладонь покрывают (с помощью широкой кисти) тем цветом, который человек выбирает, и предлагают оставить свой отпечаток на обоях, проголосовать «За Жизнь!». Ладонь можно вытереть салфеткой.

В школьных коридорах (на разных этажах) организуется выставка «Жизнь замечательных людей». Выставленный материал включает в себя: фотография человека (не только известных, великих и авторитетных для детей людей, но и замечательных родителей, учителей, выпускников школы и т.п.) и наиболее интересные факты его жизни (кратко, формат А-4).

В фойе второго этажа (либо там, где находятся средние классы) располагается «Дерево жизни». Это нарисованное на ватмане большое дерево без листочков, либо довольно крупная ветка, укрепленная в горшке как дерево. Около дерева дежурят медиаторы. У них есть стикеры в виде листочков и фломастеры. Медиаторы предлагают всем, кто проходит мимо написать на стикере, почему я выбираю жизнь и приклеить его в качестве листочка на «Дерево жизни».

В фойе третьего этажа (там, где учатся старшие классы) выставка фотографий старшеклассников «Я выбираю жизнь». Под каждой фотографией можно прикрепить чистый лист, чтобы проходящие мимо могли написать свои мысли на тему, заданную фотографией. На выставке дежурят несколько медиаторов.

В конце учебного дня по всей начальной школе проводятся классные часы на тему: «Путешествие в Жизнь». Классные руководители рассказывают о том, что же такое жизнь, какие она имеет смыслы (на различных позитивных примерах). Затем ребятам предлагается с помощью бумаги и карандашей совершить путешествие в свою жизнь: нарисовать линию своей жизни и отметить на ней настоящие и будущие достижения, нарисовать рядом с линией то и тех, ради кого мы живем, для чего мы живем и т.п.

По всей средней школе пройдут классные часы на тему: «Один день жизни» (в формате ток-шоу). Желающие рассказывают об одном дне своей жизни, когда хотелось все бросить и уйти, не хотелось жить, все было плохо. Класс задает уточняющие вопросы и предлагает варианты выхода из подобной ситуации (как можно больше) и ищет ресурсы (кто мог бы помочь, поддержать, остановить).

По всей старшей школе проходят классные часы на тему «ОтражениЯ» (формат ток-шоу). Классные руководители показывают социальные ролики о суициде, а затем организуют ток-шоу по данной теме.

В ток-шоу участвуют приглашенные специалисты, сотрудники СППС, родители.

Для педагогов в актовом зале проводится семинар по профилактике суицидального риска (с просмотром роликов).

Каждый ученик школы в этот день получает памятку для родителей «О здоровой и радостной жизни», составленную заранее и относит ее домой. Для желающих родителей организован консультационный пункт, который работает в течение всей акции.

**Афоризмы для классных часов на тему «ОтражениЯ»**

Лошади никогда не кончают самоубийством, потому что, будучи лишены дара речи, они не имеют возможность выяснять отношения. /В.Маяковский/

Мы не можем вырвать ни одной страницы из нашей жизни, хотя легко можем бросить в огонь самую книгу. /Ж. Санд/

Самоубийца: человек, погибший при попытке бегства от себя самого /Веслав Брудзиньский /

Убийца убивает человека, самоубийца – человечество /Г.Честертон/

Самоубийство – мольба о помощи, которою никто не услышал. /Р. Алеев /