

Жизнь прекрасна!

С целью превенции суицидов среди несовершеннолетних в институте был реализован проект «Жизнь прекрасна!». Инициатором проекта «Жизнь прекрасна!» стали студенты ПП-42 кафедры педагогики и психологии Аркалыкского государственного педагогического института им. И. Алтынсарина под руководством начальника Управления по воспитательной работе Зульфии Батыровой.

Внедрение проекта было направлено на улучшение психического здоровья подростков и на профилактику саморазрушающего поведения. Проект осуществлялся на базе Аркалыкского государственного педагогического института им. И. Алтынсарина, а также в образовательном пространстве города, на специально подготовленных площадках. В частности, были охвачены общеобразовательные школы города: №2, №5, №10, гимназия им. И. Алтынсарина. Проект предусматривал не пассивное, а активное участие в программе самих представителей молодежи. Механизм привлечения молодежи к участию в проекте по превенции суицида строился на принципах добровольности, сотрудничества, с учетом интересов и способностей подростков и осуществлялся методом рекламы, через объявления, флаеры, сайт ari.kz.

На протяжении кратчайшего срока с участниками проекта проводились тренинги,

упражнения, мастер – классы, форум – театры, тренинг-концерт, на которых его участники приобретали знания и навыки определенного вида деятельности. Ребята с удовольствием участвовали в психологических упражнениях, делились личными воспоминаниями, были максимально искренни и открытвенны. Наиболее запомнились и понравились упражнения: «Снежный ком», «Клубок», «Коридор безопасности», «Ожида-

нию в сознании несовершеннолетних мысли о суициде помогают сформированные позитивные жизненные установки, психологические особенности человека, его душевные переживания, положительное восприятие жизни.

С такой целью был визит в социальное общежитие № 12 по пр. Абая. В начале мероприятия всем было предложено нарисовать свою мечту, а затем рассказать о ней. Ребята отлично справились с этим заданием! Также



ния и опасения». Подобные тренинги не делают группу единым целым с одного раза, однако они позволяют сблизиться, увидеть каждого члена группы с новой стороны, учат взаимодействовать в команде. Ведь благодаря этому учёба и пребывание в школе становятся более комфортными и приятными для каждого обучающегося.

Препятствовать возникнове-

ния была использована телесно-ориентированная терапия, через упражнения, где использовались специальные активные мероприятия, в которых отыгрывались негативные эмоции: «Карандаши», «Возьми себя в руки», «Вжиться в образ», «Путаница», «Зоопарк» и мн. др.

Профилактическая работа проходила в колледжах города: многопрофильный колледж

Казпотребсоюза, Политехнический колледж, Торгайский аграрно-технический колледж, Медицинский колледж, Торгайский гуманитарный колледж.

Основными задачами тренингов были самопознание внутренних психических актов и состояний, формирование устойчивой положительной самооценки и уверенного поведения, выработка механизмов саморегуляции на основе сознательного волевого усилия, создание устойчивой оптимистической установки на преодоление стресса. Для проведения занятий использовалась фонотека музыкальных компакт-дисков для релаксации, включающая аудио-иллюзии, водные стихи, сны ангела, звуки океана и леса.

К участию в программе привлекались студенты всех специальностей, обучающихся на 3 курсе АркГПИ, желающих приобрести для себя необходимую профессиональную практику. Сюда были включены такие элементы, как организация тренингов, мастер – классов. Все эти направления ориентированы на осуществление методической, педагогической поддержки молодого педагога, подготовка к умению на практике применять теоретические знания с применением имитационных технологий обучения.

Занятие-практикум «Стресс и стрессоустойчивость», организованное в Доме студентов №2 АркГПИ, было ориентировано на разработку предложений по совершенствованию методов предупреждения аутодеструктивного поведения подростков

и молодых людей. В качестве эксперта-тренера выступила психолог Аркалыкского государственного психоневрологического диспансера, магистр Айтолкын Серикбай. Участники встречи с явным интересом не только слушали эксперта, но и принимали активное участие в обсуждении животрепещущих вопросов. В практическую часть беседы вошел просмотр видеofilma «Наш выбор – успешная жизнь».

В план реализации проекта вошла также просветительская работа посредством сайта ari.kz, распространение буклетов, стикеров, участие в СМИ.

Кульминационной частью проекта стал тренинг-концерт «Жизнь прекрасна!». Звучали позитивные песни, исполнялись искромётные танцы и развлекательные игры.

Таким образом, данный проект представил собой систему личностно-ориентированного обучения способствующего выявлению творческих способностей и инициатив подростков и молодежи, повышению мотивации на безопасное поведение, формированию умений осуществлять выбор в сложных жизненных ситуациях, где ключевыми моментами являются диалог, сотрудничество, творчество, продуктивное обучение и совместная деятельность.

Самира САМЕДОВА,
реализатор проекта
студентка 4 курса
Аркалыкского государственного педагогического инсти-