

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1**

**Презентация
цифрового образовательного ресурса**

**Первичная профилактика суицидального
поведения учащихся. Профилактическое
занятие «Будь оптимистом!»**

**г. Покачи
2024 год**

Авторы

**Мисюра Светлана Владимировна
Педагог-психолог МБОУ СОШ № 1**

Цель :

Оптимизация взглядов учащихся на стрессовые ситуации и овладение приемами саморегуляции.

С использованием современных информационных технологий.

Задачи :

Обучение проблем-разрешающему поведению, поиску социальной поддержки, ее восприятию, повышение самооценки. Развитие адекватного отношения к собственной личности, способности к рефлексии эмоционального состояния, навыков самоконтроля.

Использование ЦОР

. Групповое или индивидуальное профилактическое занятие

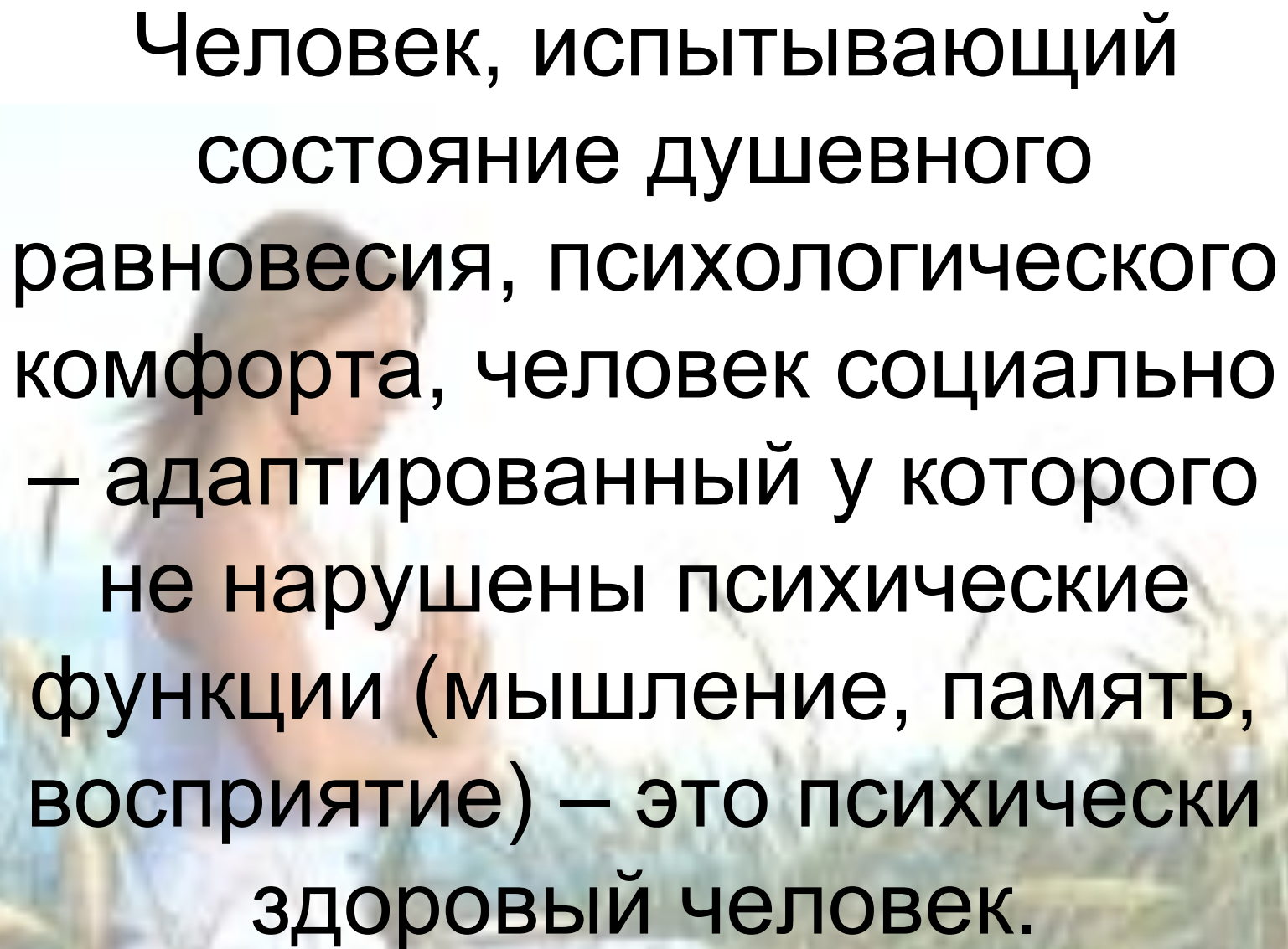
Целое занятие или его часть:

- на профилактических занятиях;**
- на классном часе;**



Вопросы для обсуждения

- **О чем этот отрывок?**
- **Какие эмоции испытывает главный герой?**
- **Как его воспринимают окружающие?**
- **Почему?**



Человек, испытывающий состояние душевного равновесия, психологического комфорта, человек социально – адаптированный у которого не нарушены психические функции (мышление, память, восприятие) – это психически здоровый человек.

- Под влиянием различных факторов, такое равновесие может нарушаться. Одним из таких факторов является стресс.

[видео](#)

Вопросы
Для
обсуждения





Вопросы для обсуждения

- **Что произошло с героем?**
- **Какова его реакция на стресс?**
- **Как отреагировали окружающие?**
- **Что чувствует герой мультфильма попав в стрессовую ситуацию?**



Психологи рассматривают стресс как реакцию на изменение обстоятельств.



Хотя стресс и является основным двигателем развития личности, при длительном воздействии он может разрушать здоровье человека.

В таком случае, необходимо,
вовремя получить
Помощь и поддержку.











**Жизнеспособность,
сила,
выносливость.**

**Бодрость, радость,
эмоциональность.**

**Тонко чувствующий
и вдохновляющий,
способствует
развитию интуиции.**

Исцеление,
гармония, сострадание.
Способствует
развитию эмпатии
любви к ближнему.

**Спокойствие.
Способствует
снятию напряжения
и расслаблению.**

**Творчество.
Помогает
генерировать
больше творческих
идей.**

**Вдохновение.
Помогает создавать
НОВЫЕ КОНЦЕПЦИИ,
изобретать.**