

SLAVNÉ DNY

PŘÍBĚHY, KTERÉ PSALY HISTORII



Most Golden Gate (5.leden 1933)

AKTIVITA: SŠ
NÁZEV: Sebevražda jako fenomén

ANOTACE:

Puberta a adolescence bývá provázena pocitem osamění, žáci jsou často zmatení se svých sociálních rolí, které se vzájemně dostávají do konfliktu, ze svých emocí a rekcí. Škola by měla být místem prevence vzniku úzkostných, sebepoškozujících a sebevražedných myšlenek. Prostřednictvím aktivity by se toto téma mělo velmi citlivě otevřít.

VZDĚLÁVACÍ OBLASTI A OBSAHOVÉ VZDĚLÁVACÍ OKRUHY:

GV: český jazyk a literatura, základy společenských věd, dějepis

OV: český jazyk a literatura, občanská výchova, dějepis

PRŮŘEZOVÁ TÉMATA:

GV a OV: multikulturní výchova, výchova v evropských a globálních souvislostech

KLÍČOVÉ KOMPETENCE:

k učení, komunikativní, občanské

CÍLE:

Žáci:

- formulují své postoje k mapovanému fenoménu,
- získávají přehled o možnostech prevence,
- je jim dán prostor otevřeně mluvit o věcech, které je trápí,
- jsou schopni komentovat důležité informace z promítaného filmového materiálu.

DĚLKA:

45minut

POMŮCKY:

- tužka
- pracovní list
- internet
- text z knihy **Slavné dny 50+2 příběhy, které psaly historii (str. 14)**

POSTUP:

- 1) Učitel promítne video: <http://www.stream.cz/slavedny/784415-den-kdy-byla-zahajena-stavba-mostu-golden-gate-5-leden> nebo se rozdá text z knihy „**Slavné dny 50+2 příběhy, které psaly historii**“.

- 2) Učitel se zeptá žáků, *která informace z promítnutého videa či textu jim přijde nejpodstatnější a proč?* Pokud mezi odpověďmi nepadne fakt, že se GG stal symbolem sebevrahů, učitel toto téma otevře sám. Postupně se ptá, jaké jiné symboly sebevraždy žáci znají. (Nuselský most, les sebevrahů v Japonsku, píseň sebevrahů- *Smutná neděle*, Utrpení mladého Werthera apod.)
- 3) Žáci se rozdělí do dvoučlenných skupin mají za úkol napsat nejčastější příčiny, které dle nich dovedou člověka rozhodnutí vzít si život.
- 4) Žáci čtou své odpovědi, učitel doplňuje výklad, viz poznámky pro učitele.
- 5) Učitel rozdá žákům pracovní list. Zmíní, že výsledky mohou být pouze orientační, že vyplnění dotazníku by mělo sloužit hlavně k zamyšlení se nad svým emočním stavem. Po vyplnění dá učitel prostor těm, kteří se s výsledky chtějí svěřit. Dotazník učitel může vybrat s tím, že na začátku řekne žákům, že podepsat se mohou, jen když chtějí.
- 6) Učitel společně s žáky společně prohlíží stránky RIAPSu: <http://www.csspraha.cz/krizove-centrum-riaps> . Společně s žáky řeší, kam se obrátit v případě kritické situace, samozřejmě může nabídnout i služby školy a lokálních organizací.

REFLEXE:

Reflexe probíhá formou průběžné diskuze. Učitel by měl mít celou dobu na paměti, jak citlivé téma s žáky probírá. Ti by neměli být nuceni v žádném případě odpovídat, vše by mělo probíhat na základě dobrovolnosti. Doporučuji aktivitu realizovat ve třídě, kterou už učitel zná a s níž má vytvořený pevnější vztah.

Pracovní listy (pokud jsou podepsané) učitel prostuduje a případně s nimi dál pracuje, tato interakce mezi učitelem a žákem by již měla probíhat soukromě.

POZNÁMKY PRO UČITELE:

www.cmhcd.cz/dokumenty/brozury/amepra_brozura_03.pdf

PRACOVNÍ LIST:

Beckova sebeposuzovací stupnice deprese

01. Nálada

0 -nemám smutnou náladu

1 -cítím se poněkud posmutnělý, sklíčený

2 -jsem stále smutný nebo sklíčený a nemohu se z toho dostat

3 -jsem tak smutný nebo nešťastný, že to nemohu už snést

02. Pesimismus

0 -do budoucnosti nepohlížím nijak pesimisticky nebo beznadějně

1 -poněkud se obávám budoucnosti

2 -vidím, že se už nemám na co těšit

3 -vidím, že budoucnost je zcela beznadějná a nemůže se zlepšit

03. Pocit neúspěchu

0 -nemám pocit nějakého životního neúspěchu

1 -mám pocit, že jsem měl v životě více smůly a neúspěchu než obvykle lidé mívají

2 -podívám-li se zpět na svůj život, vidím, že je to jen řada neúspěchů

3 -vidím, že jsem jako člověk (otec, manžel a pod) v životě zcela zklamal

04. Neuspokojení z činnosti

0 -nejsem nijak zvlášť nespokojený

1 -nemám z věcí takové potěšení, jako jsme míval

2 -už mne netěší skoro vůbec nic

3 -ať dělám cokoli, nevzbudí to ve mne sebemenší potěšení

05. Vina

0 -necítím se nijak provinile

1 -občas cítím, že jsem méněcenný, horší než ostatní

2 -mám trvalý pocit viny

3 -ovládá mne pocit, že jsem zcela bezcenný, zlý provinilý člověk

06. Nenávisť k sobě samému

0 -necítím se zklamán sám sebou

1 -zklamal jsem se sám v sobě

2 -jsem dost znechucen sám sebou

3 -nenávidím se

07. Myšlenky na sebevraždu

0 -vůbec mi nenapadne na mysl, že bych si měl něco udělat

1 -mám někdy pocit, že by bylo lépe nežít

2 -často přemýšlím jak spáchat sebevraždu

3 -kdybych měl příležitost, tak bych si vzal život

08. Sociální izolace

0 -neztratil jsem zájem o lidi a okolí

1 -mám poněkud menší zájem o společnost lidí než dříve

2 -ztratil jsem většinu zájmu o lidi a jsou mi lhostejní

3 -ztratil jsem veškerý zájem o lidi a nechci s nikým nic mít

SLAVNÉ DNY

PŘÍBĚHY, KTERÉ PSALY HISTORII

09. Nerozhodnost

- 0 -dokážu se rozhodnou v běžných situacích
- 1 -někdy mám sklon odkládat svá rozhodnutí
- 2 -rozhodování v běžných věcech mi dělá obtíže
- 3 -vůbec v ničem se nedokážu rozhodnout

10. Vlastní vzhled

- 0 -vypadám stejně jako dříve
- 1 -mám starosti,že vyhlížím staře nebo neatraktivně
- 2 -mám pocit,že se můj zevnějšek trvale zhoršil,takže vypadám dosti nepěkně
- 3 -mám pocit,že vypadám hnusně až odpudivě

11. Potíže při práci

- 0 -práce mi jde od ruky jako dříve
- 1 -musím se nutit,když chci něco dělat
- 2 -dá mi velké přemáhání,abych cokoliv udělal
- 3 -nejsem schopen jakékoliv práce

12. Únavnost

- 0 -necítím se více unaven než obvykle
- 1 -unavím se snáze než dříve
- 2 -všechno mne unavuje
- 3 -únava mne zabraňuje cokoli udělat

13. Nechutenství

- 0 -mám svou obvyklou chuť k jídlu
- 1 -nemám takovou chuť k jídlu jak jsem míval
- 2 -mnohem hůře mi teď chutná jíst
- 3 -zcela jsem ztratil chuť k jídlu

Jen pro učitele:

Hodnocení:

- 00 – 08 až 09: Norma
- 09 – 24: Lehká až střední deprese
- 25 a více: Těžká deprese

ZDROJE:

www.drnespor.eu/sui3.doc

DOPORUČENÍ:

Informace o největších visutých mostech světa naleznete v knize **Slavné dny 50+2 příběhy, které psaly historii.**

Zpracovala:

Tereza Vodičková