

Ongizate Emozionala

FP Euskadi LH

SUIZIDIOAREN PREBENTZIO TAILERRA

Suizidioaren inguruko ezagutza maila hedatzeko eta suizidio egoerak detektatzeko eta saihesteko garatutako tailerra:

1.- JUSTIFIKAZIOA

Donostialdeko naiz Tolosaldeko ikasleengan Covid-19ak izan duen eragina aztertu ondoren, ikerketaren harira azpimarragarria izan da isolamendu eta zuzeneko harreman pertsonalen falta beraien emozioen kudeaketan eragin negatiboa izan duela. Ikasle asko ideaketa larrietara eramane dituztelarik, hots, suizidio pentsamenduetara.

Jakin badakigu, suizidioaren gaia tentuz eta lehenetsunez landu behar dela, beti ere hartzailearen adin eta ezaugarri pertsonalak garrantzi handia dutelarik. Ikastetxetik abiatu den osasun mentaleko ikerketari jarraipena emate aldera, osasun mentaleko prebentziorako tailerra garatu dugu ikasleekin batera.

2. HELBURUAK:

Orokorra:

Nerabezaroan osasun mentalaren prebentzioa, eta horren barruan suizidioaren prebentzioa.

3.- BALIABIDEAK:

- Papera.
- Boligrafoa.
- Arbela.
- Ordenagailuak.

4.- DENBORALIZAZIOA:

1,5-2 ordu ingurukoa.

5.- BIBLIOGRAFIA

<https://aidatu.org/la-asociacion/>

<https://www.biziraun.org/es>

https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/estrategia_prevenccion_suicidio/es_de_f/adjuntos/plan_prevenccion_suicidio_cast.pdf

<https://www.agifes.org/>

<https://www.osakidetza.euskadi.eus/osasun-eskola-asociaciones/-/asociaciones-de-salud-mental/>

1 DINAMIKA: suizidioaren inguruko datuen hausnarketa

1. FASEA. Talde txikian (3 edo 4 ikasle gehienez):
 - Suizidioen datuak bilatu beharko dituzte. Zenbat pertsonak egiten dute bere burua beste (Europa, España, Euskal Herrian...).
 - Ea genero aldetik aldaketarik dagoen, adina, etab.
 - Urte ezberdinetan eman diren suizidio kopuruak...
2. FASEA. Talde handian (gela osoa):
 - Lortutako datuak azalduko dituzte.
 - Talde bakoitzak datu ezberdinak ematen saiatuko dira.
 - **Baliabideak:** Papera, ordenagailua, boligrafoak.
 - **Denboralizazioa:** 20 min.

2 DINAMIKA: Mitoak eta ebidentziak ezagutzen.

Gelako ikasleak 4edo bosteko taldetan banatuko ditugu.

Talde bakoitzari suizidioari buruzko mito bat emango zaio.

- Talde txikian: Talde bakoitzari eman zaion mitoa landuko dute eta hori egia den edo ez eztabaidatu beharko dute. Eta zer pentsatzen duten idatzi beharko dute. 10 minutu emango zaizkie.
- Talde handian: Taldeka eztabaidatu ondoren, atera dena komentatuko da. Ebidentziak zeintzuk diren aztertuko dira. Hemen irakasleak adi egon behar du, ebidentzia egokia lortu ez bada, ebidentzia zein den ondo azaltzeko.
- **Errekurtsoak:** Boligrafoa, papera.
- **Denboralizazioa:** 10 min talde txikitan eta 20 talde handietan.

3. DINAMIKA: Mitoak eta ebidentziak ezagutzen.

- Talde txikian: Talde bakoitza berriro bildu egingo da mito horri aurre egiteko gomendioak zeintzuk diren aztertzeko. Gomendioak argiak izan behar dira.
- Talde handian: Talde osoan eztabaidatuko dira ateratako gomendioak. Hemen ere, irakasleak adi egon behar du, gomendio horiek zuzenak diren edo ez ikusteko.
- **Errekurtsoak:** Boligrafoa, papera.
- **Denboralizazioa:** 10-15 min talde bakoitzeko.

4. DINAMIKA: Transferentzia.

Informazio guzti horrekin, ikasleek beste ikasleei transferentzia egiteko, CANVA, Prezi edo/eta kartelen bitartez egingo dute.

