

Программа
по формированию жизнестойкости обучающихся с учетом их
психофизических особенностей, возраста и социального статуса

«Жизнь прекрасна!»

в МБОУ «Ишхой-Юртовская СШ им. Абдулмежидова М.Д.»

**Разработана Эльдаровой Р.С. -
соцпедагог.**

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Содержательное мероприятий по реализации программы	7
3.	Список литературы	12

Пояснительная записка

Современное динамично развивающееся общество переживает серьезные социально-экономические, правовые, нравственные, духовные изменения, которые затрагивают различные сферы деятельности человека, в том числе и систему образования. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного подростка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед человеком трудных жизненных ситуаций. Эта проблема актуальна для школьников, так как создавшаяся социальная обстановка требует от них максимальной адаптации. Для некоторых трудные жизненные ситуации выступают в качестве повода суицидального поведения, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

Девиантное поведение формируется под воздействием внешних (семейное неблагополучие, микроконфликты, девиантное окружение...) и внутренних факторов (психологические характеристики личности, обуславливающие определенные реакции на внешние девиантогенные факторы). Разными людьми объективно одинаковая ситуация расценивается и переживается по-разному. Одни индивиды трудные жизненные обстоятельства воспринимают как некий барьер, преодолев который они развиваются. Другие же видят в нем крах мироздания. Следовательно, в формировании девиантного поведения главная роль принадлежит именно внутренним факторам. Таким образом, усилия педагогов, в первую очередь должны быть направлены на формирование личностных ресурсов, которые помогут сопротивляться стрессовым, фрустрирующим обстоятельствам и вовлечению в социальную патологию.

Жизнестойкость предполагает признание человеком своих реальных возможностей, принятие реальной собственной уязвимости. Жизнестойкость – это база, исходя из которой, перерабатываются стрессовые воздействия, это

катализатор поведения, которой позволяет трансформировать негативные впечатления в новые возможности.

Программа предназначена для вооружения подростков основами психологических знаний, которые помогут им сознательно формировать разного рода умения и навыки, развивать познавательную эмоционально-волевую сферу личности, решать проблемы выбора профессии, самовоспитания.

Цель программы - повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения.

Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных задач:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
3. Формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
4. Организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

Направления деятельности программы:

- Работа с педагогами.
- Работа с детьми (индивидуальная и групповая).
- Работа с родителями.

Программа предназначена для учащихся 5-9 классов. Обучение рассчитано на 1 год.

Этапы

1. Подготовительно-диагностический этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости учащихся: методика диагностики личностного развития детей подросткового возраста

«Изучение особенностей Я-концепции» (А.М. Прихожан); методика диагностики социальной компетентности обучающегося (для родителей (законных представителей) и/или классных руководителей) «Шкала социальной компетентности» (А.М. Прихожан). Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни учащегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в групповых протоколах. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики девиантного поведения на основе формирования жизнестойкости. Диагностический этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнестойкости со школьником и его родителями.

2. Формирующее-обучающий этап включает в себя различные воспитательные мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнестойкости, к которым относятся оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения.

3. Оценочный этап оценка результатов посредством повторной диагностики компонентов жизнестойкости учащихся с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе. Результаты опроса также фиксируются в групповых протоколах, что позволяет проследить динамику жизнестойкости.

С целью общего развития учащиеся включаются в различные формы и виды деятельности. После каждого занятия происходит рефлексия.

Формы занятий:

- беседы;
- дискуссия;
- тренинги;
- конкурсы;
- индивидуальные собеседования;

- опрос;
- тестирование.

Структура занятий

1. Упражнение для создания эмоционального настроения на занятие;
2. Работа в микрогруппах;
3. Мини-дискуссия;
4. Подведение итогов по схеме:
 - Как менялось мое эмоциональное состояние в течение занятия?
 - Какой опыт приобретен в процессе занятия?
 - Какой эпизод занятия запомнился (понравился, удивил) больше всего?

Почему?

- Притча.

Прогнозируемые результаты:

- иметь полное представление о здоровом образе жизни, самопризнании, самопонимании;
- привить нравственные способы поведения, решения проблем;
- овладеть навыками рефлексии, социальными навыками, способствующими эффективному взаимодействию с окружающими.

Содержание мероприятий по реализации программы

I Этап: подготовительно – диагностический		
№ п/п	Содержание работы	Сроки
1.	Работа с педагогами	
	Разработать план работы школы по формированию жизнестойкости среди учащихся.	Сентябрь
2.	Составление базы данных по семьям, находящимся в социально-опасном положении.	ноябрь
3.	Обеспечить с согласия родителей (законных представителей) проведение психологического обследования (мониторинга) учащихся 5-9 классов включающего диагностику, консультирование, коррекцию с целью выявления эмоционального психологического неблагополучия.	Декабрь
4.	Результаты психологического обследования доводить до сведения родителей с обеспечением конфиденциальности полученных сведений.	В течение года
5.	Рекомендовать родителям направление несовершеннолетних с высоким уровнем депрессии или совершивших суицидальную попытку к районному психиатру для дальнейшей работы с несовершеннолетними	В течение года
6.	Создание банка данных детей, склонных к депрессивным состояниям и суицидальным склонностям.	январь
7.	Методические рекомендации по формированию жизнестойкости среди детей и подростков опубликовать на сайтах учреждения	По плану работы школы
8.	Анализ результатов мониторинга и информацию о педагогических советах и родительских собраниях, представлять в УО.	По запросу
	Работа с родителями	
1.	Опросник для родителей – диагностика нарушений во взаимоотношениях подростка с родителями и их причин.	По запросу
2.	Опросник родительского отношения (А. Варга, В. Столин)	По запросу
	Работа с учащимися	
1.	Исследование социального статуса	В течение года

2.	Исследование уровня адаптации	По плану
3.	Исследования уровня тревожности	По плану
4.	Опросник Басса – Дарки (агрессия, чувство вины)	По запросу
6.	Склонность к отклоняющемуся поведению	По запросу
	II этап: Формирующее-обучающий	
	Работа с педагогами:	
1.	Проведение индивидуальных профилактических мероприятий с семьями социального риска.	В течение года
2.	Организация оздоровления и отдыха во внеурочное время детей из неблагополучных и малообеспеченных семей	Каникулярное время
4.	Деловая игра «Педагогические приёмы создания ситуации успеха»	Ноябрь
5.	Семинар кл. рук. «Некоторые причины и формы проявления невротических расстройств у современных детей»	Декабрь
6.	Семинар классных руководителей «Психологический климат в классе»	декабрь
7.	Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними»	Март
8.	Семинар-практикум «Методы разрешения педагогических конфликтов»	Апрель
	Работа с детьми	
1.	Психологические классные часы:	
	• В поисках хорошего настроения (1 кл.)	Ноябрь
	• Учимся снимать усталость (2 кл.)	Ноябрь
	• Как преодолевать тревогу (3 кл.)	Ноябрь
	• Как научиться жить без драки (4 кл.)	Декабрь
	• Толерантность (5 кл.)	Январь
	• Профилактика курения (6 кл.)	Февраль

	Способы решения конфликтов с родителями (7 кл.)	Март
	Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом (8 кл.)	Март
	Грани моего Я (9 кл.)	Апрель
	Не сломай свою судьбу! Подросток и наркомания.	Апрель
2.	Правовые классные часы:	Ноябрь
	Что ты должен знать об УК РФ (6-8 кл.)	
	Уголовная ответственность несовершеннолетних (8-11 кл.)	Декабрь
	Знаешь ли ты свои права и обязанности (5-9 классы)	Январь
3.	Диспут для подростков «Успех в жизни»	Февраль
4.	Гр. занятия по формированию социальных навыков и навыков здорового образа жизни «Я и мой выбор»	В течение года
5.	Круглый стол «В чём смысл жизни?» (10 кл.)	Февраль
	Коррекционные занятия	
1.	Занятие «Ты и я – такие разные» - для подростков 5-6 кл.	Ноябрь
2.	Занятие «Барьеры непонимания» (8 кл.)	Ноябрь
3.	Занятие по повышению самооценки «Нарисуй подарок самому себе»	Декабрь

4.	Тренинг уверенности для старшеклассников	Январь
5.	Тренинг «Умей сказать нет» (9-11 кл.)	Февраль
6.	Семинар «Я сам строю свою жизнь» (старшее звено)	Март
	Работа с родителями	
1.	Родительский лекторий: • Наши ошибки в воспитании детей. • Трудный возраст или советы родителям • Что такое суицид и как с ним бороться (среднее и старшее звено) • Чем и как увлекаются подростки • Куда уходят дети: профилактика безнадзорности и бродяжничества • Уголовная ответственность несовершеннолетних • Как помочь ребенку справиться с эмоциями	По плану, по запросу
	III этап: Оценочный мониторинг	
1.	Повторная диагностика уровня развития жизнестойкости учащихся	март
2.	Обсуждение результатов повторной диагностики с учащимися и их родителями	апрель

Список литературы

1. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002
2. Вачков И., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. - СПб, 2009. -111 с.
3. Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография). - Краснодар: «АВС - полиграфия», 2009
4. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Барнаул, 2014.- 184 с.
5. Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста.- М.: АНО «ПЭБ», 2007. - 56 с.
6. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе.- М., 2001
7. Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб.: «Речь», 2005.- 176с.
8. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,- 207с.