

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «ЛИЦЕЙ № 176»

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по ВР

 О.Р.Пельменева

02.09.2024

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ «Лицей № 176»

 М.П. Корнева.

02.09.2024



ПРОГРАММА

«Развитие жизнеспособности обучающихся»

Автор:

Педагог-психолог

МАОУ «Лицей № 176»,

Руководитель службы

СПС лицея,

Аглиулина Н.Г.

Новосибирск, 2024

Пояснительная записка

Проблема развития жизнеспособности 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 жизнеспособность. В связи с этим, особенно актуально развитие жизнеспособной личности подростка.

Для здорового человека, который хорошо адаптирован к среде, характерна спаянная идентичность, т. е. спаянность его «Я». Фрагментарная, диффузно-фрагментарная идентичность проявляется нарушениями поведения, приводит к формированию личностных расстройств. Особое значение имеет наиболее распространённое пограничное личностное расстройство.

Жизнеспособность человека как потенциал сохранения им собственной целостности является синергетическим единством четырех компонентов: способностей адаптации, способностей саморегуляции, способностей саморазвития и осмысления жизни. В. И. Кабриным, В. Д. Шадриковым обоснована значимость комплекса взаимосвязей для жизнеспособности сущностных качеств человека (духовность, коммуникабельность как основа всех жизненных процессов, способности к самоактуализации, транскомуникативный потенциал, интеллектуальная гибкость), позволяющих реализовать собственно человеческие способы проживания жизни и становления самого человека.

Стратегии преодоления стрессовых ситуаций образовательной среды разнообразны. Традиционно их делят на две группы: совладание по активному типу, или жизнестойкое совладание (С. Мадди) и совладание по пассивному типу, проявляющееся в инфантилизме, в стремлении к пассивной, выгодной адаптации в среде с использованием неконструктивных стратегий, препятствующих и затягивающих преодоление трудных ситуаций (М. А. Одинцова). Жизнеспособное совладание – это активное, здоровое преодоление, повышающее стрессоустойчивость человека, основанное на вовлеченности в ситуацию, стремлении к ее подчинению (контролю над ситуацией), умению смело решать проблемы, которые ставит жизнь (принятие риска), опора на актуализирующее поисковое поведение и самореализационный потенциал личности.

К содержанию и средствам, способствующим формированию компонентов жизнеспособности подростков, следует отнести:

1. Включение подростка в различные виды деятельности.
2. Самовоспитание подростком волевых качеств.
3. Составление совместно с подростком жизненных планов, обсуждение способов их реализации.
4. Развитие осознания подростком своих смысловых ориентаций и рефлексивного отношения к ним.
5. Развитие у подростков умения ориентироваться в среде проживания, в правовых нормах.

Решение данной задачи возможно при наличии и реализации специально разработанной программы, а также в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальный педагог, педагоги-психологи.

Данная программа предусматривает разработку и реализацию технологий, упражнений по развитию жизнеспособности у несовершеннолетних. Поскольку жизнеспособность – это фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, т. о. грамотная психолого-педагогическая установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах, способна снизить степень суицидального риска и укрепить жизненную позицию.

Цель программы: развитие жизнеспособности подростков, профилактика антивиталяного поведения.

Задачи программы:

1. Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений.
2. Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов конструктивного поведения и готовности к их преобразованию.
3. Проводить занятия, тренинги с детьми и подростками с учетом критериев: когнитивного (осмысление и оценка ситуации), поведенческого (навыки преодоления), мотивационного (мотив деятельности) и эмоционального (эмоциональное реагирование в сложной ситуации).
4. Способствовать развитию у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

5. Способствовать развитию навыков совладания со стрессом у всех участников образовательных отношений.
6. Организовать комплексное психолого-педагогическое изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся.
7. Организовывать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся группы «повышенного внимания».
8. Способствовать развитию критичности восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений.
9. Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений.

Содержание программы

Направления деятельности программы:

- Работа с педагогическим коллективом
- Работа с детьми (индивидуальная и групповая)
- Работа с родителями

Программа предназначена для обучающихся 4-11 классов.

Этапы реализации программы:

1 этап организационно-методический (сентябрь 2024 - март 2025)

Программа рассчитана на работу с обучающимися и реализуется в течение одного года последовательно в три этапа:

2 этап – подготовительный (апрель 2025 – август 2025)

Данный этап направлен на определение уровня развитости компонентов жизнеспособности обучающихся.

4-7 классы

По итогам тестирования выделяется группа «повышенного внимания», с которой проводится дополнительное тестирование с использованием тестов:

- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.
- Методика диагностики жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева).

8-11 классы

Единая методика социально-психологического тестирования, разработанная Министерством просвещения Российской Федерации.

По итогам тестирования выделяется группа повышенного внимания, с которой проводится дополнительное тестирование.

Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни обучающегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в групповых протоколах. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики девиантного поведения на основе формирования жизнеспособности. Подготовительный этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнеспособности со школьником и его родителями.

Кадровое обеспечение

Администрация школы:

1. Издает локальные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по профилактике суицидального поведения обучающихся.
2. Включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Профилактика кризисных ситуаций обучающихся. Развитие жизнеспособности».
3. Организует проведение методических семинаров, педагогических советов по организационно-содержательным вопросам развития жизнеспособности обучающихся в школе педагогами; созданию условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных сложных ситуациях с применением технологий управления собственным профессиональным и личностным развитием, технологий формирования компетентностей, технологий гуманитарного сопровождения образования.

Классные руководители:

1. Совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом организуют и проводят диагностическое исследование обучающихся и определяют группу «повышенного внимания» в классном коллективе.
2. Определяют направления воспитательной работы в классном коллективе.
3. Планируют содержание классных часов, профилактических занятий, родительских собраний.
4. Взаимодействуют с педагогом-психологом, социальным педагогом.

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Определяют группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
2. Проводят консультирование родителей данной группы подростков, получает письменное разрешение (отказ) о проведении индивидуальной (групповой) профилактической работы.
3. Проводят диагностику личностного развития детей подросткового возраста с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (при наличии письменного разрешения родителей).
4. Составляют учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы риска, который утверждается директором школы.

3 этап – формирующий (сентябрь 2025 г. – май 2026 г.)

Формирующий этап включает в себя различные психолого-педагогические мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнеспособности, к которым относятся оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, критичность восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений, высокий уровень развития эмоционального интеллекта, осознание коллективной цели и желание браться за дело, каким бы сложным оно ни было.

Кадровое обеспечение:

Администрация:

1. Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов.
2. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по развитию жизнеспособности обучающихся.

Классные руководители:

1. Организуют просветительскую работу с родителями обучающихся, направленную на развитие и повышение психолого-педагогической компетентности в вопросах социализации в семье и школе, духовно-нравственного развития, ответственного поведения, готовности и способности выражать и отстаивать свою общественную позицию.
2. Проводят классные часы по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

3. Организуют включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.

4. Осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в ТЖС.

Педагог-психолог:

5. Организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-2 групповых психологических занятий в 4-х, 11-х классах, во вновь созданных классах, в конфликтных классах.

6. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по развитию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в ТЖС. Содействует формированию и развитию гражданских, этических, эстетических, духовно-нравственных установок и ценностей, качеств личности, готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире, с адекватной самооценкой, навыками саморегуляции, позитивной социальной позицией, гибко использующей различные социальные роли.

7. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей.

8. Осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнеспособности.

Социальный педагог:

1. Осуществляет социальный патронаж обучающихся «группы риска», состоящих на ВШУ, ПДН.

2. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей.

3. Участвует в проведении классных часов по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

4 этап – мониторинг (май-июнь 2026 г.)

Оценка результатов, посредством повторной диагностики компонентов жизнеспособности обучающихся с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе.

Кадровое обеспечение:

Администрация:

1. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в 2024-2025 учебном году.

2. При необходимости осуществляет планирование работы на 2025-2026 учебные годы.

3. Организует обсуждение результатов работы с родителями и педагогическим коллективом.

4. Проектирует воспитательную работу по развитию жизнеспособности обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители:

1. Проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы.

2. Планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год.

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Осуществляют анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в 2024-2025 учебном году совместно с администрацией школы.

2. Планируют мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей, собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга.

Для эффективной реализации программы включены 3 модуля:

1. Профилактическая работа в классных коллективах (ВД, классные часы).

2. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Прогнозируемые риски:

- Многообразие факторов, влияющих на формирование и развитие личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни).

- Недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований программы.

- Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей,

отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного неблагополучия).

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня осведомленности школьников о своих внутренних ресурсах и уверенности в собственной способности контролировать свою жизнь.
- Повышение степени адаптационных способностей у обучающихся в стрессовых, конфликтных ситуациях с опорой на свои ресурсные качества, связанные с самореализацией, самоутверждением и трансценденцией личности (преодоление границ собственного «Я», выбор ценностных ориентаций, социальных установок).
- Приобретение обучающимися умения сотрудничать и строить доверительные отношения с другими людьми, освоение навыков работы в коллективе.

Список использованных источников:

1. Короленко Ц. П., Шпикс Т. А., Кольчугина Л. Г., Тищенко Е. В. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в образовательном учреждении: Методическое пособие / Научный редактор Н. А. Складнова. – Новосибирск: МКОУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2014. – 151 с.
2. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 236 с.
3. Мургулова А. О. Психолого-образовательное сопровождение формирования готовности старшеклассников к выбору стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kemsu.ru/upload/iblock/d60/d6001c03c23d70c2c15c4a03133304pdf>
4. Муругова, А. О. Эмоциональные и поведенческие реакции подростков в трудных жизненных ситуациях / А. О. Муругова // Современная психология: проблемы и решения: сборник статей Международной научно-практической конференции. – Москва, 2018. – С. 81-92.
5. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности // Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. – С. 59-65.
6. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании / Методическое пособие. – Барнаул, 2014. – 186 с.
7. Рыльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека [Текст] / Е. А. Рыльская. – Челябинск: Изд-во «Полиграф-Мастер», 2013. – 336 с.
8. Сборник статей «Современный интегративный подход в профилактике кризисных состояний» / Под общей ред. Н. А. Складновой. – Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020. – 6 с.