



Развитие жизнеспособности обучающихся как приоритетное направление профилактики кризисных ситуаций в общеобразовательной организации



**АНДРОННИКОВА
ОЛЬГА ОЛЕГОВНА,**

*канд. психол. наук, доц., декан факультета психологии
ФГБОУ ВПО «НГПУ» (Новосибирск)*



Жизнестойкость

Д.А. Леонтьев предложил обозначать данное свойство личности, описанное С. Мадди, как «жизнестойкость».

Концепция жизнестойкости изучается в тесной связи с проблемами совладания со стрессом.

***Жизнестойкость ребенка –
способность достаточно легко
преодолевать жизненные трудности и
изменения и приспособиться к ним***



Жизнестойкость

Термин *hardiness*, введён С. Мадди. Переводится как «крепость», «выносливость», это понятие отражает *отношение* человека к изменениям, его *возможности* воспользоваться имеющимися внутренними *ресурсами*, способность *эффективно управлять* ситуацией, и определяет, насколько личность способна справляться с трудностями жизни.



Жизнестойкость

Жизнестойкость – это интерес к жизни.

Жизнестойкость – это умение нестандартно реагировать на стандартные жизненные ситуации.

Жизнестойкость – это уверенность в том, что всё в жизни имеет свой смысл.

Жизнестойкость – это готовность выходить победителем из любых жизненных испытаний и выносить жизненный опыт.

Жизнестойкость – это оптимистичный способ взаимодействия с миром и окружающими людьми.



Проявления жизнестойкости в повседневной жизни

Высокая адаптивность. Такие дети социально компетентны и умеют себя вести непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых.

Уверенность в себе. Непредвиденные ситуации не смущают ребенка.

Независимость. Такие дети живут своим умом.

Стремление к достижениям. Стремятся демонстрировать окружающим свою высокую успеваемость в школе, спортивные успехи, художественные или музыкальные способности.

Ограниченность контактов. Дети устанавливают лишь несколько устойчивых и постоянных контактов с другими людьми, что способствует их чувству безопасности и защищенности.



Компоненты жизнестойкости

Вовлечённость

- Получение удовольствия от собственной деятельности

Контроль

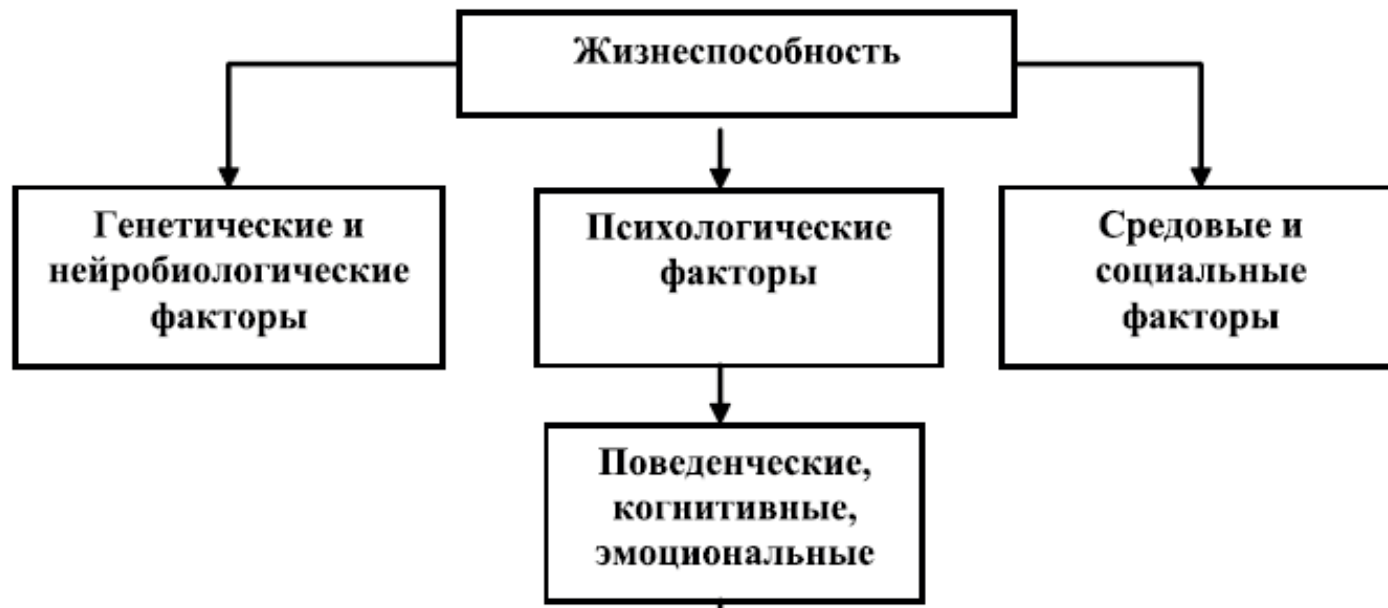
- Выбор деятельности, образа жизни зависит от самого человека

Принятие риска

- Развитие человека происходит через активное усвоение знаний из опыта

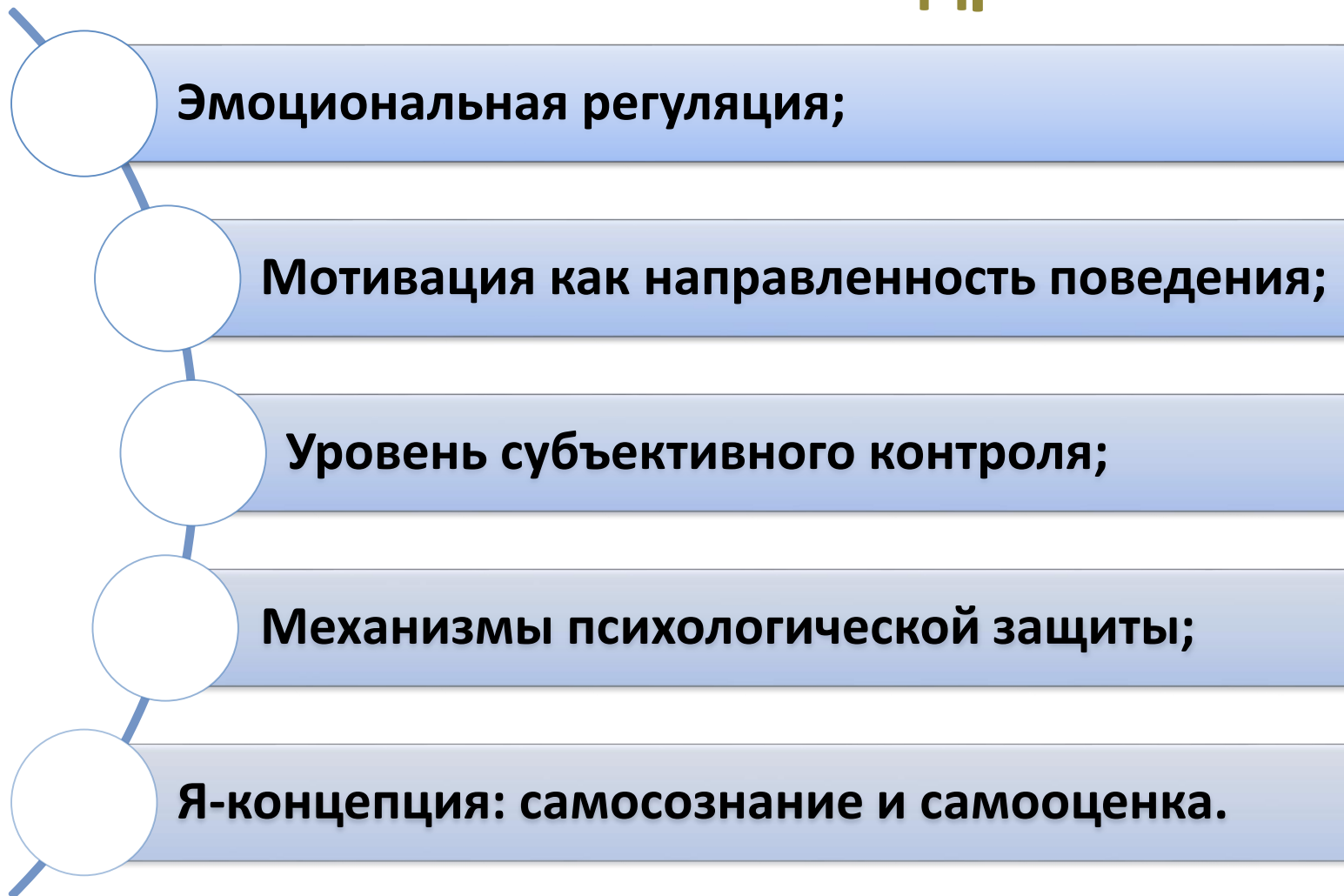


Факторы, формирующие жизнеспособность человека





Индивидуально-психологические свойства личности, оказывающие влияние на жизнеспособность подростка:





Развитие жизнестойкости

Вовлечённость

- Принятие и поддержка со стороны других

Контроль

- Поддержка инициативы, стремления справляться с задачами на грани своих возможностей

Принятие риска

- Богатство впечатлений, изменчивость, неоднородность среды



Воспитание жизнестойкости :

Социальная среда

- Создание защищенной среды с ощущением постоянства

Семья

- Подчеркивание значимости семьи, чувства гордости и родства, поддержка, любовь, правила

Воспитание

- Четкая формулировка правил и требование их соблюдения, при демонстрации любви и поддержки, научение преодолению трудностей

Эмоциональное и психическое развитие

- Эмоциональная компетентность, формирование ресурсного состояния

Культурная среда

- Наличие положительных примеров в культуре



Формирование КОМПОНЕНТОВ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

**Включение подростка в различные
виды деятельности**

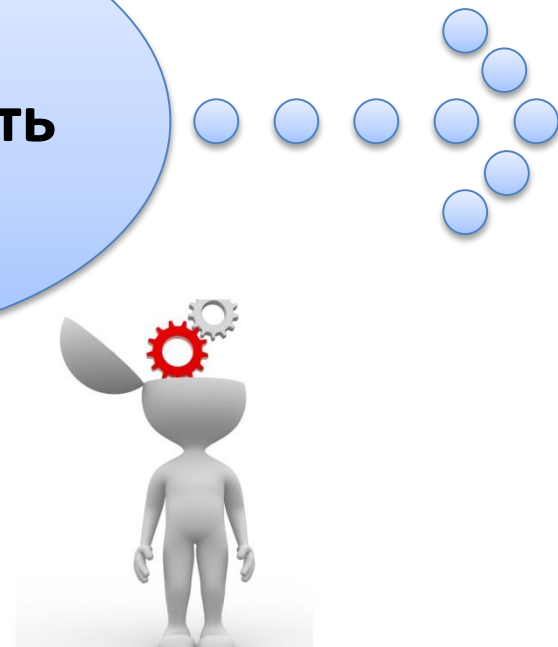
**Самовоспитание
волевых качеств**

**Развитие смысловых
ориентаций**

**Умение ориентироваться в
среде проживания**

**Составление жизненных
планов, обсуждение их
реализацию**

жизнестойкость





www.nspu.net



Спасибо за внимание