

**ПРОГРАММА  
«РАЗВИТИЕ  
ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ  
В МАОУ СОШ № 217»**



Педагог-психолог : Кушвид Алиса Александровна



# Актуальность программы:

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.

Жизнеспособность человека как потенциал сохранения им собственной целостности является синергетическим единством четырех компонентов: способностей адаптации, способностей саморегуляции, способностей саморазвития и осмысления жизни.

Данная программа предусматривает 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 :

- Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений.
- Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов конструктивного поведения и готовности к их преобразованию.
- 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).
- Способствовать развитию у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.
- Способствовать развитию навыков совладания со стрессом у всех участников образовательных отношений.
- Организовать комплексное психолого-педагогическое изучение индивидуально-психологических особенностей обучающихся.
- Организовывать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение обучающихся группы «повышенного внимания».
- Способствовать развитию критичности восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений.
- Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений.



### **Направление деятельности программы:**

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

### **Для реализации программы включены 4 модуля:**

1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах).
2. Уроки психологии, элективный курс (факультатив).
3. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.
4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

**Формы занятий:** ролевые игры, деловые игры, тренинги, мастер-классы, индивидуальные собеседования, тестирование.



# Работа с обучающимися:

1. «Мой эмоциональный интеллект»
2. «Я концепция: самосознание и самооценка»
3. «Общение-это путь в самих себя»
4. Развитие критического мышления.
5. Исследование своих ценностных ориентаций.





# Дорожная карта

«Общение- это путь  
в самих себя»

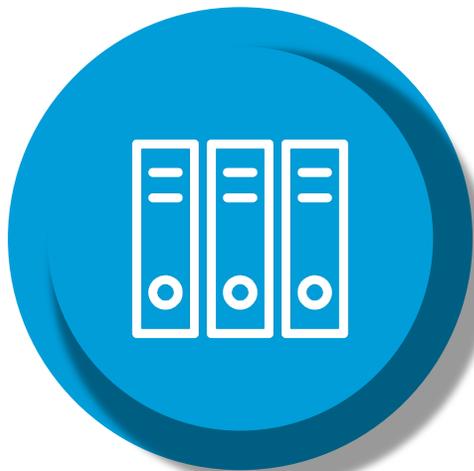
« Исследование  
своих ценностных  
ориентаций»

«Мой  
эмоциональный  
интеллект»

«Я концепция:  
самосознание и  
самооценка»



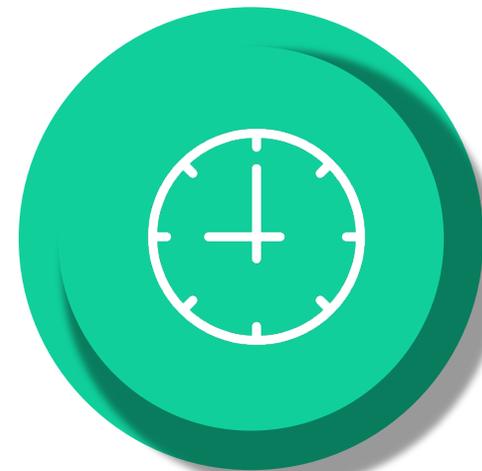
Упражнения по развитию взаимодействия и взаимопонимания.  
Упражнения по развитию коммуникативных компетентностей.



Упражнения по развитию смысложизненных ориентаций.



Упражнения по развитию эмоционального интеллекта.  
Занятие-тренинг «Критическое мышление»



Упражнения по развитию способности к самотранцендированию.  
(преодолению границ собственного «я», обретению смысла существования.



# Работа с родителями:

1. «Мы и наши взрослеющие дети»  
(Проблема подросткового возраста).
2. «Учимся понимать друг друга»  
(Особенности общения с подростком в семье).
3. «Принципы толерантного общения»
4. Приемы эффективного взаимодействия с подростком.





# Работа с педагогами:

1. Общение как 1 из основных компонентов развития жизнеспособности.
2. «Эмоциональный интеллект»
3. Особенности развития смысложизненных ориентаций современных подростков.





# Ожидаемые результаты:

- Активность (включенность, посещение мероприятий в рамках проекта).
- Совершенствование системы профилактической работы в школе.
- Уровень позитивного настроения.  
(диагностика, беседа, наблюдение)
- Творческий подход

П

- Заинтересованность (активность, включенность)
- Практическая значимость (эмоциональный фон, конфликтность)
- Умение сотрудничать и строить доверительные отношения с людьми.
- Повышение степени своих адаптационных способностей у обучающихся в стрессовых, конфликтных ситуациях с опорой на свои ресурсные качества.
- Повышение уровня осведомленности о своих внутренних ресурсах.
- Увеличение числа школьников, ориентированных на высокий уровень жизнеспособности.

О

- Активность (включенность, посещение мероприятий в рамках проекта).
- Эффективность используемых методов (анкеты, опросы, беседы)
- Диагностика и наблюдение детско-родительских отношений.

Р



# 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).



СПАСИБО