

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

### *«Развитие жизнеспособности*

#### *обучающихся общеобразовательных организаций»*

Программа повышения квалификации *«Развитие жизнеспособности обучающихся общеобразовательных организаций»* (далее – Программа) предназначена для заместителей директоров по воспитательной работе, советников по воспитательной работе и классных руководителей, социальных педагогов общеобразовательных организаций (далее – ОО), испытывающих потребность в повышении своих профессиональных компетенций в вопросах организации деятельности с обучающимися, направленной на профилактику антивиталяного поведения.

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

*Актуальность предлагаемой Программы* определяется необходимостью преодоления ряда объективных противоречий:

- между существенным ростом в последнее десятилетие кризисных ситуаций в образовательной среде и недостаточной готовностью образовательных организаций к работе с обучающимися, имеющими низкий уровень развития компонентов жизнеспособности;

- между требованием на уровне государственной образовательной политики к организации эффективной деятельности по профилактике антивиталяного поведения детей и подростков на уровне образовательных организаций и недостаточной психологической и методической готовностью педагогов к работе с обучающимися группы повышенного внимания;

- между требованиями ФГОС и профессионального стандарта «Педагог» применять интерактивные технологии в работе с обучающимися и недостаточным уровнем профессиональной компетентности педагогов общеобразовательных организаций в данной области.

Предлагаемая программа повышения квалификации нацелена на обеспечение профессиональной готовности педагогов общеобразовательных организаций к деятельности по развитию у обучающихся жизнеспособности, как **«интегральной характеристики личности, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития» (С. В. Книжникова), в формате интерактивных занятий** (Книжникова Светлана Витальевна - **российский педагог-психолог**, учёный. Ученая степень, звание: кандидат педагогических наук, доцент. Место работы (университет, кафедра): Кубанский государственный университет, доцент кафедры общей и социальной педагогики. Область научных интересов: социальная педагогика; **профилактика суицидального поведения; девиантология**).

Данная Программа призвана способствовать повышению профессиональной компетентности классных руководителей, социальных педагогов в области эффективных технологий работы с обучающимися в соответствии с ФГОС НОО, ООО, СОО и профессиональным стандартом «Педагог», что усиливает ее востребованность на современном этапе развития образования в Российской Федерации.

Проблема развития жизнеспособности особенно актуальна в настоящее время, так как создавшаяся социальная обстановка требует от школьников максимальной адаптации. Для некоторых трудные жизненные ситуации выступают в качестве повода антивиталяного поведения, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнеспособность. В связи с этим в ОО востребована деятельность по развитию жизнеспособной личности детей и подростков.

Программа по развитию жизнеспособности у обучающихся является составной частью Комплексной модели профилактики кризисных состояний среди обучающихся ОО города Новосибирска.

С 2020 года в муниципальной системе образования реализуется муниципальный проект «Комплексная модель профилактики кризисных ситуаций в муниципальной системе образования города Новосибирска», разработанный рабочей группой, в которую вошли представители департамента образования, здравоохранения, городского центра образования и здоровья «Магистр», ведущие научные сотрудники педагогического и медицинского университетов. Проект разработан с учетом имеющихся в муниципальной системе достижений, а также с учетом новых вызовов времени. Комплексная модель направлена на снижение количества кризисных ситуаций в муниципальной системе образования, создание психологически безопасной среды в каждой образовательной организации.

Основной замысел данного муниципального проекта заключается в том, чтобы работать не с последствиями кризисных ситуаций, а обеспечивать их превенцию путем выстраивания профессиональной, многоуровневой системы, включающей **первичную, вторичную и третичную профилактику**, с использованием имеющихся ресурсов межведомственного взаимодействия и посредством оказания своевременной квалифицированной психолого-медико-социально-педагогической помощи обучающимся группы повышенного внимания и их семьям.

**(Первичная профилактика** — комплекс мероприятий, направленных на предупреждение школьных трудностей и социально–психологической дезадаптации, то есть, устранение причин, способных привести к суицидальному или другому виду девиантного поведения.

**Вторичная профилактика-** подразумевает раннее выявление у детей трудностей в учении и поведении. Основная ее задача – преодолеть эти трудности до того, как дети станут социально или эмоционально неуправляемыми. **Вторичная профилактика** включает консультацию с родителями и учителями, обучение их стратегии для преодоления различного рода трудностей и т. д.

**Третичная профилактика** - комплекс социальных, образовательно-воспитательных, психологических и нормативно-правовых мер, направленных на предотвращение рецидивных отклонений в поведении и способствующих восстановлению личностного и социального статуса несовершеннолетнего). Цель- снижение последствий и уменьшение вероятности дальнейших случаев, социальная и психологическая реабилитация суицидентов.

Реализация программы по развитию жизнеспособности относится к первичной профилактике.

**Комплексная модель включает в себя:**

- программу **«Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях города Новосибирска»;**
- **комплекс мер по психолого-медико-педагогической помощи** субъектам образовательных отношений в посткризисный период в условиях образовательных организаций (после попытки суицида);
- программу **«Создание психологически безопасной образовательной среды в образовательных организациях, реализующих программы дошкольного образования».**

**В рамках реализации муниципальной программы «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях города Новосибирска»** осуществляются разработка и внедрение технологий по развитию жизнеспособности несовершеннолетних. **Элективные курсы, практикумы, значимые общешкольные дела, классные часы по данному направлению, формы просветительской деятельности с педагогами и родителями интегрируются в воспитательную деятельность образовательной организации.**

Эффективность внедрения программы «Развитие жизнеспособности обучающихся» отслеживалась посредством специально разработанной системы диагностики. **В сентябре 2021** года была проведена первичная диагностика уровня развития компонентов жизнеспособности обучающихся.

**В апреле 2022 года** проведена повторная диагностика обучающихся, принимающих участие в реализации Программы. **Сравнивая данные первичной и повторной диагностики, выявили тенденцию к увеличению числа обучающихся, имеющих высокий уровень развития компонентов жизнеспособности.**

Сопоставительный анализ данных первичной и повторной диагностики наглядно показывает, **что комплексная, системная деятельность всех специалистов образовательной организации, основанная на принципах гуманной психологии и личностно ориентированной педагогики, способствует развитию у обучающихся основных компонентов жизнеспособности: способности к адаптации, саморазвитию, саморегуляции эмоциональных состояний и поведения, к осмыслению жизненных ценностей.**

Результаты первичной и повторной диагностики компонентов жизнеспособности позволили специалистам ОО пересмотреть общую воспитательную программу, целенаправленно простроить психолого-педагогическое сопровождение детей с низкими показателями жизнеспособности. Также это позволило оценить уровень эффективности разработанной программы/плана в ОО.

Эффективность проделанной работы в рамках реализации программы по развитию жизнеспособности обучающихся подтверждается и результатами анкетирования, проведенного в **апреле 2023 года** в базовых ОО.

Анализ данных анкетирования позволяет выявить основные тенденции развития жизнеспособности обучающихся.

#### **Анализ анкетирования обучающихся**

Всего в анкетировании приняли участие **2716** обучающихся, из них обучающихся 4-х классов – **822**; обучающихся основного уровня образования – **861**; обучающихся среднего уровня образования – **1033**. Анкетирование было направлено на исследование того, насколько обучающиеся удовлетворены: 1) возможностью обратиться к педагогам за помощью и

советом; 2) взаимоотношениями с педагогами; 3) поддержкой со стороны родителей; 4) взаимоотношениями с одноклассниками; 5) условиями, созданными в школе, для развития способностей (кружки, секции, студии и т.д.); 6) обучением способам выхода из трудных ситуаций; 7) условиями развития жизненно важных навыков (жизнеспособность, навыки справляться со стрессом и т.д.). Кроме того, выясняли, согласны ли обучающиеся с утверждением, что «школа-безопасное место, где я себя свободно чувствую».

Помимо школьников, в анкетировании приняли участие **339 классных руководителей** ОО, **2362 родителя**, из них **724** родителя обучающихся 4-х классов, **1054** родителя подростков; **584** родителя старшеклассников. Анкетирование было направлено на изучение уровня удовлетворенности: 1) взаимодействием с детьми при обсуждении сложных вопросов; 2) морально-психологическим климатом в классе; 3) умением их ребенка выстраивать дружеские взаимоотношения в классе; 4) условиями развития у детей жизненно важных навыков в условиях школы; 5) взаимодействием со школой.

Также родители оценили по пятибалльной системе: **1.** Способности детей, составляющие основные компоненты жизнеспособности: 1.1. Умение ребенка самостоятельно преодолевать трудности; 1.2. Способность ребенка к осознанию своих поступков, действий, поведения; 1.3. Проявление социальной активности, заинтересованности детей (участие в рдш, в кружках, секциях и т.д.). **2.** Кроме того, родители дали оценку взаимоотношениям с классными руководителями.

## **Выводы**

Таким образом, анкетирование школьников, родителей, педагогов, проведенное по итогам реализации программы «Развитие жизнеспособности», позволило сделать ряд обобщающих выводов:

- Большинство обучающихся средних и старших классов имеют дружеские отношения с одноклассниками, конструктивные отношения с классным руководителем, что является показателем благополучия межличностных отношений в классах, участвующих в реализации Комплексной модели.

- Большинство старшеклассников чувствуют себя в школе комфортно, защищенно, что является, по мнению И. Баевой (Ирина Александровна Баева — советский педагог и учёный-психолог, доктор психологических наук, профессор, академик РАО), важным показателем психологически безопасной образовательной среды.
- Подавляющее большинство классных руководителей осознали, в качестве значимого результата своего участия в реализации Проекта, необходимость системной командной работы, применения **интерактивных форм и методов** для развития у обучающихся компонентов жизнеспособности.

- Большая часть педагогов (79,8 %) считают, что реализация направления «Развитие жизнеспособности» позволяет творчески подходить к решению задач профилактики кризисных ситуаций в ОО.

- Большинство родителей положительно оценивают деятельность педагогического коллектива своей школы по развитию у детей жизненно важных навыков, умений, способностей.

**Выделим условия, способствующие реализации задач Проекта в течение трех лет.**

1. Одним из важных условий более эффективной деятельности базовых ОО по профилактике кризисных ситуаций является **осуществление специалистами городского центра образования и здоровья «Магистр» научно-методического, практико-ориентированного сопровождения деятельности ОО.**

Существенный вклад в повышение компетентности педагогов базовых ОО внесли **курсы повышения квалификации** для классных руководителей ОО, направленные на повышение их психолого-педагогической и методической компетентности **в вопросах проектирования и организации интерактивных занятий по развитию жизнеспособности обучающихся.** 56 классных руководителей повысили свою компетентность.

- Проведение **практико-ориентированных семинаров** «Лучшие практики по развитию жизнеспособности обучающихся в работе специалистов психолого-педагогического сопровождения».

Практико-ориентированные семинары проводились с целью освоения упражнений, приемов интерактивного взаимодействия. Это позволяет педагогам, специалистам применять данные приемы в рамках курса внеурочной деятельности по развитию у обучающихся soft skills, умения работать в команде, коммуницировать между собой, критически мыслить, проявлять творчество и воображение.

В марте 2023 года был проведен мониторинг в **35-ти базовых ОО**, реализующих два направления Модели.

Анализ результатов мониторинга позволил выявить **условия, способствующие эффективной профилактике кризисных ситуаций на уровне ОО.**

- В каждой в ОО программа воспитательной работы была дополнена программой развития жизнеспособности обучающихся (внесены изменения в модули: «Профилактика и безопасность», «Классное руководство»; «Работа с родителями» и др.), что позволило придать профилактической работе системный, комплексный характер.

- Важным условием, обеспечивающим продуктивность профилактической работы, стало вовлечение обучающихся в систему **дополнительного образования.**

100% образовательных организаций проводят внеурочную деятельность в форматах кружковой и волонтерской деятельности, клубного движения, факультативов.

- Выстроенная **система взаимодействия «родитель-ребенок-учитель».** 100% образовательных организаций вовлекали родителей в процесс профилактической деятельности в рамках реализации Комплексной модели. Родители базовых ОО были участниками проекта «Городское родительское



собрание», реализуемого по инициативе департамента образования мэрии г. Новосибирска с 2016 года.

▪ **Повышение компетентности педагогических работников** в решении проблем суицидального поведения школьников - это прежде всего вооружение их научно обоснованными знаниями, позволяющими выполнять функции ориентирования и прогнозирования в педагогическом наблюдении, осуществляемом в ходе психолого-педагогического сопровождения. Кураторы всех базовых школ отмечают, что они проводят мероприятия, направленные на повышение компетентности педагогов в рамках реализации Комплексной модели. **Преобладающей формой повышения компетентности педагогов по вопросам профилактики девиантного поведения и кризисных ситуаций остается педагогический совет.** Также используются другие форматы повышения уровня компетентности: консультации, семинары, мастер-классы, разработка и внедрение методических, практико-ориентированных материалов и др.

▪ **Согласованность на межведомственном уровне и тесное взаимодействие различных ведомств** в оказании комплексной поддержки и помощи несовершеннолетним, а также их оперативное реагирование на сложные социальные и психологические ситуации конкретной семьи, конкретного ребенка. ОО отмечают основных социальных партнеров, помогающих реализовать проект: МБУ ДПО "ГЦОиЗ "Магистр", а также ГБУЗ НСО «НОДКПНД»; ГБУЗ «Новосибирский областной клинический наркологический диспансер»; центры ДПО; вузы, колледжи, библиотеки, МБУ Центр «Родник и др.

В процессе реализации Комплексной модели в ОО возникали определенные **трудности**, обусловленные объективными и субъективными факторами.

1. Одним из основных недостатков и трудностей в реализации Проекта, которые отмечают все ОО, является **высокая загруженность специалистов ОО**, в первую очередь – педагогов-психологов.

2. Определенные трудности в организации профилактической работы в ряде ОО обусловлены **недостаточным материально-техническим оснащением деятельности по психолого-педагогическому сопровождению.**

3. В ходе мониторинга было обнаружено, что в большинстве ОО **наиболее «популярной» формой взаимодействия с родителями по-прежнему остается традиционное родительское собрание.** В единичных случаях проводятся: совет отцов; родительские конференции; родительский клуб; мастерская.

На сегодняшний день еще недостаточно уделяется внимания процессу **интерактивного взаимодействия с родителями, к сожалению, родители не всегда признаются равноправными субъектами целостного образовательного процесса наряду с педагогами и детьми,** что снижает воспитательный потенциал как школы, так и семьи. Отношение к родителям как к объектам педагогического воздействия становится благоприятной почвой для конфликтов, что отмечают специалисты «Магистра».

Выделенные трудности следует рассматривать как «точки роста».

Работа по направлению профилактики антивиталяного поведения обучающихся будет продолжаться, но уже в формате сетевого взаимодействия между МБУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», ресурсными, базовыми и пилотными образовательными организациями по вопросам реализации Комплексной модели профилактики кризисных ситуаций в муниципальной системе образования города Новосибирска.

## **2 вопрос.**

### **Наиболее важные психолого-педагогические направления управления процессом развития жизнеспособности детей и подростков.**

Согласно федеральной рабочей программе воспитания, **целевым ориентирам результатов воспитания на уровне основного общего образования, обучающимся важно уметь осознавать физическое и**

эмоциональное состояние (своё и других людей), стремиться управлять собственным эмоциональным состоянием; быть способными адаптироваться к меняющимся социальным условиям, стрессовым ситуациям.

В декларации «Образование XXI века» специализированного учреждения ООН по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО), отмечено, что главной ценностью новой культуры должна стать ценность устойчивого стабильного развития человека и общества, *а главной целью образования – формирование жизнеспособной личности.*

**Жизнеспособность** – это индивидуальная способность человека управлять собственными ресурсами: здоровьем, эмоциональной, мотивационно-волевой, когнитивной сферами, в контексте социальных культурных норм и средовых условий.

В этой связи ученые разных стран все чаще говорят о жизнеспособности личности, которая выступает как раз защитным фактором и позволяет человеку сопротивляться трудностям и невзгодам. *Особое звучание тема жизнеспособности личности приобретает, когда речь идет о развивающейся личности, о личности ребенка, который попадает в трудную жизненную ситуацию.* Жизнеспособный ребенок – это тот ребенок, который использует защитные факторы в своей жизни для того, чтобы преодолеть все риски и быть успешным даже в неблагоприятной ситуации [9].

В 1955 году проводились специальные исследования, которые показали, что примерно две трети детей, которые воспитывались в *хаотичных по связям семьях*, имели **серьезные проблемы** во взрослом возрасте; **другая треть**, несмотря на **недостаточную поддержку извне**, оказались «компетентными, уверенными и заботливыми взрослыми». **Таким образом, получается, что одинаковая среда привела к различным результатам** [10].

Исследователи утверждают, что самый лучший способ извлечь пользу из подобных исследований – это считать, что **каждый ребенок рождается с определенным набором уязвимостей, таких, например, как эмоциональная нестабильность, физические отклонения или генетическая предрасположенность к тому или иному поведению.**

**Каждый ребенок также рождается и с определенными защитными факторами, такими, например, как высокий интеллект, эмоциональная устойчивость, доброжелательность, которые помогают ему быть более жизнеспособным в стрессовых ситуациях.**

По результатам проведенных исследований, уязвимость и защитные факторы вступают во взаимодействие с окружающей средой, в которой находится человек, **так что одно и то же окружение может оказывать разное влияние в зависимости от тех качеств, которые человек привносит в это взаимодействие.**

Жизнеспособный ребенок в **неподдерживающем окружении может быть вполне успешным**, поскольку такой ребенок способен извлечь выгоду

из всех доступных возможностей и воздействий. Сходным образом уязвимый ребенок может быть успешным в стимулирующей среде. Согласно этой модели, только столкновение двух крайностей – **уязвимый ребенок в негативной окружающей среде** – приводит к действительно негативному результату.

Жизнеспособный ребенок – это тот ребенок, который использует защитные факторы в своей жизни для того, чтобы преодолеть все риски и быть успешным даже в неблагоприятной ситуации.

Большинство исследователей аргументировано заявляют, что жизнеспособность проявляется именно во взаимодействии человека и окружающей среды. В этом контексте исследуется взаимодействие факторов риска, исходящих из окружающей среды и защитных факторов ресурсного потенциала самого человека

Жизнеспособность – это способность человека или социальной системы «строить нормальную, полноценную жизнь в трудных условиях». Говоря о «трудных условиях», мы затрагиваем вопросы наличия факторов риска и конечно тех факторов, которые помогают справляться с трудными условиями, это защитные факторы.

Факторы риска и защитные факторы. Нарушения адаптации возникают не у всех детей, подвергшихся риску; поэтому должны быть выявлены как факторы риска, делающие их более уязвимыми, так и защитные факторы.

Защитные факторы и факторы риска рассматриваются как процессы, а не как абсолютные величины: одно и то же событие или условие может выступать как в качестве защитного, так и в качестве фактора риска, в зависимости от общего контекста, в котором оно возникает.

**Факторы риска.** Риск – это любое условие или обстоятельство, которое повышает вероятность нарушения адаптации человека. Помимо биологического и психологического аспектов, развитие ребёнка во многом зависит от социального аспекта. Несмотря на то, что одиночные факторы риска имеют ограниченное обуславливающее влияние, множественные риски вызывают эффект накопления.

**Защитные факторы.** Стабильные или ситуативные личностные качества, уменьшающие опасность развития у ребёнка расстройства адаптации, относят к защитным факторам (**факторам жизнеспособности**). А детей и подростков, которые хорошо адаптируются, несмотря на большую подверженность риску, называют жизнеспособными. Защитные факторы человека могут включать высокий интеллект, покладистый характер и наличие способностей, ценимых самим индивидом и обществом. Защитные факторы семьи включают: наличие любящего, надёжного родителя или заменяющего родителей взрослого; стиль воспитания, характеризуемый сочетанием теплоты и структурированности. Изучение жизнеспособности ребёнка или подростка, выявление личностных и поведенческих характеристик, помогающих ему жить, делающих его сильным

и стойким духом, позволит целенаправленно формировать эти качества, что очень важно не только для детей и подростков, живущих в сложных и даже экстремальных условиях.

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

**Адаптация** - это не только привыкание к новым условиям и действиям, но также и осознание своей новой социальной роли, полученных обязанностей и ответственности.

**Саморегуляция** психических состояний – это процесс сознательного воздействия на себя для изменения, преобразования психических состояний, характеризующихся противоречивостью, неоднозначностью протекания.

**Саморазвитие**- это постоянная работа над собой и совершенствование различных навыков, силы воли, коммуникативных качеств, а также способность ставить правильные цели, находить мотивацию и достигать этих целей.

Иными словами, это **изменение личности человека в ходе работы над собой на физическом, социальном, духовном, интеллектуальном уровнях.**

### **Саморазвитие начинается с выбора**

**И чтобы помочь ученику его сделать, от педагогов требуется не только поддержка, но и признание его права на самостоятельность.**

Как отмечал Л.С.Выготский, ряд процессов развития без обучения возникать вообще не может (в том числе осознание задач и возможностей самовоспитания и саморегуляции). В школьном периоде можно выделить некоторые этапы для проявления определенных потребностей и развития функций самосознания. И учителю необходимо учитывать иерархическую структуру потребности растущего человека.

Какие же этапы развития личности выделяют?

- 7-10 лет – познание окружающего мира, первичная социализация - «Этика»
- 10-11 лет – самопознание – «Познай себя»
- 11 – 13 лет – самовоспитание, самообучение – «Сделай себя сам», «Научи себя учиться самостоятельно»
- 13-14 лет – самоутверждение – «Утверждай себя»

- 14-15 лет – самоопределение – «Найди себя»
- 15-17 лет – самоактуализация – «Управляй собой», «Реализуй себя»

Важно, чтобы рядом со школьником был компетентный взрослый, который мог бы выступить в роли помощника. Для этого у взрослого должно быть наготове средство саморазвития, чтобы в нужный момент предложить его ребенку.

Г. Селевко (Герман Константинович Селевко (15 февраля 1932 — 11 декабря 2008) — академик Международной академии наук педагогического образования, профессор, автор «Энциклопедии образовательных технологий») **выстроил поэтапную модель саморазвития и самосовершенствования личности школьника от 1 класса до выпуска из 11 класса.**

**1-4 классы. «Этика поведения».** Для младшего школьника характерно внимание к моральной оценке поступка, стремление быть хорошим в оценке окружающих. Этому отвечают специальные уроки или классные часы по этике поведения, на которых ребенку надо помочь определить свою моральную позицию, почувствовать важность этических правил и постигнуть значение их соблюдения. Кроме того, его надо обучать рефлексии, ребенку полезно получить сведения о некоторых своих психических качествах, своем «Я».

**5 класс – «Познай себя».** В этом возрасте хорошо бы доступно познакомить с психологическими качествами личности. Ребенок осознает, кто он есть, как себя оценивает, что и почему с ним происходит.

**6 класс – «Сделай себя сам».** Одно из примечательных явлений подросткового возраста – начало процесса сознательного нравственного и эстетического самовоспитания. Подросток начинает задумываться над возможностями влияния на собственные физические и личностные качества и предпринимать для достижения этой цели сознательные, целенаправленные усилия. Целесообразно на этом этапе беседовать о воспитании воли, трудолюбия, ответственности, создании оптимистичного настроения.

**7 класс – «Научи себя учиться самостоятельно».** На этом этапе важно учить ребенка самостоятельно добывать себе знания, **планировать работу, работать с информацией.**

**8 класс – «Утверждай себя».** Этот период является переходным, критическим. Под влиянием биологических и социальных факторов приоритетное значение приобретают: утверждение своего «Я» в социальном пространстве, потребность в признании своего «Я» в своей группе, коллективе, притязание на взрослость. Процессы самоутверждения часто сопровождаются искаженными негативными способами общения: обидами, оскорблениями, задевающими честь и достоинство другого человека, насильственными психическими и физическими воздействиями на более слабых людей. Разные формы девиантного поведения, связанные с самоутверждением проявляются у 60% подростков. **Педагогам следует на этом этапе создать атмосферу успешности для школьников, помочь им**

**положительно самоутвердиться в различных сферах: социальной, творческой, духовно-нравственной и др.**

**9 класс – «Найди себя».** Каждый шаг, каждое действие в плане самосовершенствования предполагает самоопределение личности. Но в 9 классе проблема самоопределения личности особенно актуальна: учащиеся должны сделать выбор своего дальнейшего развития, осмыслить жизненные и духовные ценности. Подросток ставит перед собой перспективу средней дальности, которая заключается в стремлении к какому-то событию, отдаленному по времени, ожидание которого вызывает у него приподнятое настроение, побуждает к активной деятельности. Такого рода перспективами для подростка могут быть: включение в работу кружка, секции, участие в походе по родному краю, поисковой, научно-исследовательской деятельности, научно-практических конференциях, экспедициях, путевка в спортивный или трудовой лагерь. **А ставя большую цель подготовки и приобретения профессии, подростки активизируют свою деятельность, стремятся к искоренению своих недостатков, легче включаются в процесс самовоспитания.**

**10 класс – «Управляй собой».** Школьники учатся управлять своим внешним обликом и психическим состоянием, контролировать свое эмоциональное состояние.

**11 класс – «Реализуй себя».** Одиннадцатиклассники уже живут ближайшим будущим, связывая его с выбранной профессией. Социально важными качествами в современных условиях становятся предприимчивость, деловитость. Школьники реализуют свои жизненные силы, возможности и способности.

**Для развития личности ребенка в школе требуется создание в учебном процессе такой деятельной среды, которая направляла бы ребенка на самосовершенствование, предоставляла бы возможность саморазвития.**

**При организации учебного процесса ставятся следующие задачи:**

- Перенести акцент с преподавания на учение (Учение – это деятельность ученика, которая подразумевает: освоение, закрепление и применение знаний, умений и навыков, **самостимулирование** к поиску, решению учебных задач, **самооценке** учебных достижений, **осознание личностного смысла и социальной значимости** культурных ценностей и человеческого опыта, процессов и явлений окружающей действительности).

- Использовать не только познавательную, но и нравственно-волевую мотивацию деятельности учащихся;
- Основную ставку сделать на **самостоятельную творческую** деятельность обучающихся;
- Обеспечить активизацию и стимулирование процесса **осмысления учения**;

- Перенести центр тяжести педагогического процесса в сторону формирования **способов** умственных действий.
- **Синтезировать учебную и воспитательную деятельность.**

Среда, стиль, воспитательный фон, создаваемые во время учебной деятельности ребенка, определяются двумя основными факторами: личностными отношениями и организацией учебного процесса.

**Отношения «учитель» - «ученик» являются важными для создания условий развития личности школьника.**

Если ученик на уроке все 45 минут будет лицезреть монотонно говорящую из-за учительского стола голову, то результат учения будет низок, и школьник не захочет сам получать необходимые знания, он будет довольствоваться лишь теми, которые случайно осели в его голове.

Ученик должен чувствовать, что учитель переживает за него, равнодушен к классу, предмету, который он преподает, как говорят, он «горит» на уроке. У психологов есть термин «эффект заражения». Учитель, сам любящий свой предмет, способен «заразить» этой любовью и учеников, пусть хоть и не всех.

**Учителям, использующим в своей работе личностный подход, педагогику сотрудничества, легче установить тесный контакт с ребенком.**

*Дубровина Ирина Владимировна — доктор психологических наук, профес сор, действительный член (академик) Российской академии образования, главный научный сотрудник Психологического института Российской академии образования.*

**Ирина Владимировна Дубровина** в своей статье «Психологическая культура и задачи воспитания в современной школе» отмечала, что несмотря на смену эпох, одним из центральных факторов личностного развития ребенка является его общение и сотрудничество с реальным взрослым человеком.

Поэтому очень важно, чтобы рядом со школьником был умный и компетентный взрослый, который мог бы выступить в роли помощника. Для этого у взрослого должно быть наготове средство саморазвития, чтобы в нужный момент предложить его ребенку.

**Согласно идеям Выготского**, следует обращать внимание не на то, чего у ребёнка нет, а на то, что у него есть и на что можно опереться, воспитывая из него полноценного человека. Вместо того чтобы изучать слабости и недостатки, а также способы их преодоления, психологи, изучающие жизнеспособность, сосредотачивают усилия на поиске сильных сторон ребёнка.

**Структура жизнеспособности.**



Выделяют три основных аспекта в структуре жизнеспособности:

**1.Интерактивный.** Данный компонент обеспечивается социально - психологической компетентностью личности. Под социально-психологической компетентностью понимается система мотивационных, когнитивно-перцептивных, эмоционально-регулятивных и инструментально-операциональных компонентов развивающейся личности, обуславливающих успешность взаимодействия с окружающими людьми в межличностной сфере.

Мотивационный компонент предполагает наличие у субъекта взаимодействия цели и мотивов, а также некоторой готовности к взаимодействию.

**Когнитивно -перцептивный компонент** включает понимание себя и других, познание друг друга партнерами по общению, знание о разнообразии социальных ролей, способах взаимодействия, сценариях развития ситуаций социального взаимодействия, что обеспечивается активностью субъекта, принимающего и перерабатывающего информацию.

**Эмоционально-регулятивный компонент** включает все то, что связано с состояниями личности, а также с самоконтролем и саморегуляцией. Сюда входят умения и навыки эмоционального самоконтроля и эмпатии.

**Инструментально- операциональный компонент** представляет все то, что способствует построению системы отношений и действий в различных ситуациях социального взаимодействия (адаптивные механизмы, способы поведения, стратегии поведения), обеспечивающих успешность в социально значимой деятельности и взаимодействии.

**2.Динамический аспект** жизнеспособности представлен личностным адаптационным потенциалом (А. Г. Маклаков), включающим в себя нервно-психическую устойчивость, уровень развития которой обеспечивает толерантность к стрессу; самооценку личности, являющуюся ядром саморегуляции и определяющую степень адекватности восприятия условий взаимодействия и своих возможностей; ощущение социальной поддержки, обуславливающее чувство собственной значимости для окружающих; уровень конфликтности личности; опыт социального общения.

**3.Субъектный аспект** жизнеспособности предполагает такую характеристику субъекта деятельности, как самоорганизация, подразумевающую саморегуляцию, способность к саморазвитию, к самомотивации. Субъект прогнозирует свою деятельность, соподчиняя и устанавливая последовательность операций. Субъекта характеризует активность, способность к развитию, интеграции, самодетерминации, саморегуляции, самодвижению и самосовершенствованию.

**Рекомендации по формирования самосознания с учетом возрастной динамики.**

В процессе самосознания человек выделяет себя из окружающей среды, осознает себя как отличающуюся от других личность, причем сама личность выступает и как субъект, и как объект познания.

Поведение человека неразрывно связано с функцией самосознания, так как он постоянно отвечает на вопросы типа: нужно ли ему это, сможет ли он это сделать, достойно ли это поведение именно его и т.д. **Таким образом, в соответствии с самооценкой и самоуважением осуществляется саморегуляция поведения.**

**Искажения или задержки в формировании самосознания у детей и подростков приводят не только к возникновению невротических расстройств, но и препятствуют развитию гармоничной личности, способствуют ее психопатизации и фиксации девиантных (отклоняющихся от принятых) форм поведения.**

Целенаправленное и дифференцированное воздействие на процесс формирования самосознания возможен лишь с учетом его возрастной динамики.

#### **Младший школьный период (7-10 лет)**

В этот период дети теряют присущую им ранее наивность, непосредственность. Они начинают овладевать своими чувствами, успешно скрывать их, сдерживать свои действия. Их поведение теперь определяется не только непосредственными переживаниями, но и размышлением, в связи с усилившимся интеллектуальным компонентом психики. У детей появляется возможность в значительной степени соизмерять свои желания и возможности, обдумывать поступки, частично прогнозировать результаты своих действий.

**Процесс формирования самосознания в этот период зависит не только от личностных особенностей ребенка, но в значительной степени определяется и тактикой взрослых, которым рекомендуется:**

1. В школах желательно отказаться от строго регламентированного и авторитарного управления классом. Приучать детей к самоуправлению, ориентируясь не только на требования дисциплины, но и на желания самих учащихся. Стараться максимально осуществлять индивидуальный «подход» к каждому ученику. Следует не скупиться на похвалу, подмечать все хорошее, ругать меньше, чем хвалить. Желательно «распекать» провинившегося не перед всем классом, а наедине или совместно с другими провинившимися. Все это создает определенные условия для формирования самоуважения, предотвращает возникновение психогенных реакций.

2. Педагоги и родители должны поддерживать тесный контакт друг с другом. И те и другие обязаны четко представлять себе основные задачи воспитания в этом возрастном периоде. Ими, как и прежде, остаются вопросы сохранения духовной близости с ребенком, приобщение его к искусству и труду. Кроме этого необходимо помочь ребенку адаптироваться к новому

окружению и учебе путем неназойливых советов по поведению вообще и отдельным поступкам в частности, поощрения хороших поступков, искреннего проявления интереса к успехам или неудачам в школе.

3. Педагоги должны донести до родителей, что они должны начать учиться со своими детьми. Учиться нужно именно вместе с ними, а не за них; стараться не столько объяснять, сколько интересоваться пройденным; просить объяснить то, что якобы не совсем понятно родителям. Необходимо, чтобы они радовались детским радостям, переживали их неудачи, как свои, вместе бы искали решения разнообразных детских проблем.

4. Родители должны быть информированы в вопросах особенностей данного возрастного периода, знать свои задачи, быть грамотными в некоторых вопросах педагогического воздействия. Для этого целесообразно организовать в школах беседы или семинары по вопросам воспитания, на которых бы обсуждались не только абстрактные педагогические проблемы, но и конкретные вопросы по воспитанию того или иного ребенка. В сложных случаях привлекать психологов, детских психиатров. Такой подход позволит существенно повлиять на процессы формирующегося самосознания, направить его в нужное русло.

### **Средний и старший школьный возраст (11-17 лет)**

Этот период является переходным между детством и взрослым возрастом, когда на основе уже имеющихся предпосылок завершается формирование характера как основы личности.

Для того, чтобы успешно способствовать повышению уровня самосознания подростка, можно порекомендовать следующее:

1. Взрослые должны стремиться сохранить с подростком доверительные отношения, основанные на уважении и душевной теплоте. Нужно интересоваться всем, что волнует и тревожит подростка, не отмахиваться и не отгораживаться от него. Нужно быть всегда справедливым и оценивать поведение подростка не только по конечному результату, но и учитывая обстоятельства и мотивы того или иного поступка. Категоричные заявления по типу «виноват – не виноват» должны все реже встречаться у педагогов, ведь зачастую характер поведения нельзя оценить однозначно. Пусть будет поменьше нравоучений и снисходительных советов и замечаний и пусть будет как можно больше участия в жизни подростка.

2. Продолжить процесс приобщения к труду, искусству, мировой литературе.

3. Уроки литературы в школе должны занимать особое место. На этих уроках педагоги могут на примере литературных героев повысить интерес учащихся к внутреннему миру других людей, научить их более тонко оценивать человеческие качества, показать всю глубину и многообразие личности. Конечно, это будет возможно лишь при отказе от

регламентированных суждений и назиданий (этот герой хороший, этот – плохой, ты не разобрался и т.п.); пусть об одном и том же будет столько мнений, сколько учащихся в классе. Только при этих условиях подросток научится лучше разбираться в людях, понимать мотивы их поведения и особенности межличностных взаимоотношений, начнет глубже понимать самого себя.

4. Практически у каждого подростка появляются мысли о самовоспитании, которым они и начинают заниматься с большим или меньшим успехом. Препятствовать им в этом не следует, а необходимо помочь разобраться в вопросе: «А те ли качества ты в себе воспитываешь?». «Подсказка» должна быть не назойливой, мотивированной, вовремя предложенной, но это возможно лишь при доверительных отношениях взрослых и подростка. На уровне занятий в классе (группе) полезно организовывать беседы на темы: «Знаешь ли ты самого себя?», «Как создавать характер», «Расскажи мне о себе», «Расскажи мне обо мне», «Конфликтная ситуация! Как бы поступил ты?» и т.п. В процессе таких бесед дети более точно начинают оценивать свои достоинства и недостатки, которые в последующем и пытаются исправить. Педагоги должны глубоко осознать всю важность этого процесса и всячески способствовать как полному раскрытию способностей своих воспитанников, так и возможности адекватно оценить эти способности непосредственно самим подростком. Только при соблюдении этого условия может быть сформирован высокий уровень самосознания и выработаны такие формы поведения, которые будут способствовать наилучшей адаптации человека в современном обществе.

