

Муниципальная программа «Развитие жизнеспособности обучающихся в общеобразовательных организациях г. Новосибирска»

Пояснительная записка

Анализ современного общества, по мнению академика Ц. П. Короленко (2014 г.), показывает, что оно, в первую очередь, характеризуется быстрыми изменениями в различных сферах жизни. Многие люди в таком обществе не в состоянии приспособиться или адаптироваться к ним. Знания, приобретённые в изменяющейся ситуации, оказываются малопригодными. Человеку нужно всё время что-нибудь «добавлять», от чего-то отказываться, усваивать новые подходы, усваивать новую информацию, иначе нарастает неконкурентоспособность, учащаются поражения и разочарования [10].

Среди междисциплинарных переменных, обеспечивающих стабильность человеческого бытия, все больший интерес вызывает категория «жизнеспособность». Она рассматривается как составляющая человеческого капитала - важнейшего интегративного показателя современной экономической и политической государственности (И. С. Бурикова, А. И. Юрьева), выступает как ключевой феномен целевой переориентации в воспитании подрастающего поколения. Не случайно в декларации ЮНЕСКО «Образование XXI века» открыто говорится о том, что главной целью образования должно стать формирование жизнеспособной личности [1].

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 [6, 7].

Жизнеспособная личность, по мнению М. М. Плотник, «нравственно-волевой, духовно развитый, физически активный, социально зрелый, психологически устойчивый человек, обладающий знаниями и способностями, необходимыми для жизни в современном ему обществе».

М. Раттер считает, что относительно стабильный набор личностных черт, связанных с жизнеспособностью, снижает возможность негативных реакций на стрессогенные события и увеличивает вероятность использования эффективных копинговых механизмов и адаптации [8].

Согласно транзакциональной теории стресса и копинга Р. Лазаруса, развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации личности, определяется механизмами преодоления стресса. Успешность адаптации к стрессам определяется уровнем развития копинг – ресурсов, которые подразделяются на личностные (ресурсы когнитивной сферы, я- концепция, интернальный локус контроля, аффиляция, эмпатия, духовность) и ресурсы социальной среды (система социальной поддержки, социально – поддерживающий процесс). Транзакциональная модель превенции позволяет показать, что можно понять и предвидеть результаты поведения человека путем анализа и понимания процесса взаимодействий между личностью и средой [11].

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 [3].

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, транскоммунитивный потенциал, интеллектуальная гибкость), позволяющих реализовать собственно человеческие способы проживания жизни и становления самого человека [9].

Стратегии преодоления стрессовых ситуаций образовательной среды весьма 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 [4].

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.

В образовательных условиях целенаправленное формирование у обучающихся жизнеспособности, как «интегральной характеристики личности, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития» (Книжникова С. В.), является актуальной задачей педагогического коллектива любой образовательной организации. Решение данной задачи возможно при наличии и реализации специально разработанной программы, а также в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальные педагоги, 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.

Содержание программы

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.

Направления деятельности программы:

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

Программа предназначена для обучающихся 4-11 классов.

Подготовительный этап.

4-7 классы

Индивидуально-типологический опросник (ИТО), рекомендованный Министерством образования Новосибирской области ГБУ НСО «ОЦДК» («Организация социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление «группы повышенного внимания» среди обучающихся 10-13 лет»).

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

- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса.

- Тест витальности.

Осуществляется изучение уровня психологической безопасности образовательной среды на основе опросника И. А. Баевой «Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива (электронный вариант, платформа Армбос)

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 с использованием тестов:

- Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева.
- Способы совладающего поведения. Копинг-стратегии Лазаруса.
- Тест витальности.

Осуществляется изучение уровня психологической безопасности образовательной среды на основе опросника И. А. Баевой «Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива (электронный вариант, платформа Армбос)

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*: изучения психологически безопасной образовательной среды (Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива); анализа потенциальных факторов риска суицидального поведения.

Кадровое обеспечение

Администрация ОО:

1. Издаёт локальные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по профилактике суицидального поведения обучающихся.

2. Включает Программу развития жизнеспособности обучающихся в модуль «Профилактика и безопасность» программы воспитания образовательной организации раздел.

3. Организует проведение методических семинаров, педагогических советов по организационно-содержательным вопросам развития жизнеспособности обучающихся в ОО 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 [5].

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.

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 повышенного, который утверждается директором ОО.

Формирующий этап реализации программы 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. Проводит спецкурс курс (факультатив) для обучающихся по развитию жизнеспособности.

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

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

Социальный педагог:

1. Осуществляет социальный патронаж обучающихся в социально-опасном положении, 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.

Аналитический этап.

Кадровое обеспечение:

Администрация:

1. Осуществляет анализ, динамику уровня психологической безопасности образовательной среды на основе повторного проведения исследования с использованием опросника «Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива», оценивает результаты реализации школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в учебном году;

2. При необходимости осуществляет планирование работы на следующий учебный год.

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

4. Проектирует воспитательную, профилактическую, коррекционно-развивающую работу по развитию жизнеспособности обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители:

1. Совместно с педагогом-психологом изучают уровень психологической безопасности образовательной среды, ее динамику на основе опросника И. А. Баемой «Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива (электронный вариант, платформа Армбос).

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

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

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Совместно с классным руководителем изучают уровень психологической безопасности образовательной среды, ее динамику на основе опросника И. А. Баемой «Социально-педагогический опрос родителей, обучающихся, педагогического коллектива (электронный вариант, платформа Армбос).

2. Осуществляют анализ и оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в текущем учебном году (совместно с администрацией ОУ).

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

Для эффективной реализации программы рекомендуется включать 4 модуля:

1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах) (4-8 час.).

2. Уроки психологии, элективный курс (факультатив) (18-36 час.).

3. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (6-10 час.).

4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей (4-8 час.).

Формы занятий: ролевые игры, деловые игры, тренинги, мастер-классы, индивидуальные собеседования, синектика, тестирование, ток-шоу, театр-экспромт.

Структура развивающих занятий:

1. Приветствие.

2. Разминка.

3. Ознакомление с правилами.

4. Основная часть (упражнения, в ходе которых имитируется разрешение проблемной ситуации; отработка практических навыков жизнеспособности; разыгрывание по ролям содержания познавательного материала; организация коллективной деятельности по решению групповой задачи, учебному исследованию, основанному на использовании интуитивно-образного, метафорического мышления участников; импровизированные игры, направленные на улучшение психологического климата в коллективе).

5. Рефлексия (обмен мнениями и чувствами о проведенном занятии).

6. Заключительная часть тренинга (подведение итогов, получение обратной связи по тематике текущего занятия).

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. Всемирная Декларация о высшем образовании для XXI века: подходы и практические меры. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.infopravo.ru/fed1998/cp02/akt13969.shtm>
2. Жукова О. И. Понятие трансценденции и его значение для анализа структуры самости. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-transtsendentsii-i-ego-znachenie-dlya-analiza-struktury-samosti/viewer>
3. 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.
4. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 236 с.
5. 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>
6. 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.
7. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности // Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. – С. 59-65.
8. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании / Методическое пособие. – Барнаул, 2014. – 186 с.
9. Рыльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека [Текст] / Е. А. Рыльская. – Челябинск: Изд-во «Полиграф-Мастер», 2013. – 336 с.
10. Сборник статей «Современный интегративный подход в профилактике кризисных состояний» / Под общей ред. Н. А. Складновой. – Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020. – 6 с.
11. Сирота Н. А., Ялтонский В. М., Хажилина И. И., Видерман Н. С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.

