

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 транзакционной 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 контроль, аффиляция, эмпатия, духовность) и ресурсы социальной среды (система социальной поддержки, социально – поддерживающий процесс). Транзакционная 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 проявляет себя 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, транскоммunikативный 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, совладать с вызовами современности.

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. е. 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.

По итогам проведенного СПТ, анализа потенциальных факторов риска суицидального поведения выделяется группа повышенного внимания по суицидальному риску. В классах, где обучаются подростки группы повышенного внимания, реализуется Программа по развитию жизнеспособности.

С обучающимися данных классов проводится дополнительное диагностическое групповое обследование с использованием тестов:

4-7 классы

- Тест жизнестойкости (С. Мадди, в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой).
- Шкала реагирования на неопределенность (М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова, М. Г. Сорокова).
- Тест витальности (Г.В. Резапкина).

8-11 классы

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

- Тест смысловых ориентаций (Д. А. Леонтьев).
- Опросник «Способы совладающего поведения». (Р. Лазарус, С. Фолкман).
- Тест витальности (Г.В. Резапкина).
- Методика самоактивации личности. (М. А. Одинцова, Н. П. Радчикова, Л. А. Александрова).

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 ОО:

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

Включает Программу развития жизнеспособности в модуль «Профилактика и безопасность» Программы воспитательной работы образовательной организации или берет за основу рабочую программу внеурочной деятельности для классных руководителей по направлению развития жизнеспособности у обучающихся «Мир моих возможностей».

2. 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.

Классные руководители:

1. Совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом организуют и проводят диагностическое исследование обучающихся.

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 повышенного внимания по суицидальному риску.

2. Проводят консультирование родителей данной группы подростков.

3. Совместно с классным руководителем проводят диагностику детей (при наличии письменного разрешения родителей).

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 программы 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.

2. Проводят мероприятия по развитию жизнеспособности в соответствии с планом работы.

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

4. Осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся.

Педагог-психолог:

1. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по развитию совладающего поведения с подростками группы повышенного внимания. 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.

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

3. 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 оценку результатов 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 работу по развитию жизнеспособности обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители:

1. Проводят оценку результатов по итогам проделанной работы.
2. Планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год.

Педагог-психолог, социальный педагог:

1. Осуществляют оценку результатов школьной программы развития жизнеспособности обучающихся в текущем учебном году (совместно с администрацией ОО).
2. 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).
2. Уроки психологии, элективный курс (факультатив).
3. Индивидуальная работа с подростками группы повышенного внимания.
4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

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 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 ЛИТЕРАТУРЫ:

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. 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.
3. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 236 с.
4. 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>
5. Учебно- методический кабинет - [Электронный ресурс]. – URL: <https://pedkopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/klasnye-chasy-v-5-8-klasah>
6. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности // Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. – С. 59-65.
7. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании / Методическое пособие. – Барнаул, 2014. – 186 с.
8. Рыльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека [Текст] / Е. А. Рыльская. – Челябинск: Изд-во «Полиграф-Мастер», 2013. – 336 с.
9. Александрова, Л.А. Леонтьев, Д.А. (2016) Копинг-стратегии как проявление саморегуляции // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Междунар. науч. конф. Кострома: Изд-во Костром. гос. ун-та. Т. 1. С. 14–17
10. Базаров, Т.Ю., Голынчик, Е.О., Липатов, С.А., Несмеянова, Р.К. (2022) Стили реагирования на изменения и восприятие учителями организационной культуры и конфликтов в школе. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология, 3, 85–118. <https://doi.org/10.11621/vsp.2022.03.06>
11. Битюцкая, Е.В. (2011) Современные подходы к изучению совладания с трудными жизненными ситуациями. Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология, 1, 100–111
12. Богданов, С.И., Пигров, К.С., Султанов, К.В. (2018) Концепт современности. Опыт диалогической аналитики. Общество. Среда. Развитие, 1, 77–83
13. Водяха, С.А. Водяха, Ю.Е., Симбирцева, Н.А., Шалагина, Е.В. (2021) Вызовы времени: самопроектирование молодежи как междисциплинарная задача. Общество, среда, развитие, 1, 15–20
14. Гижицкий, В.В., Гордеева, Т.О., Гавриченко, Т.К. (2015) Разработка опросника учебной настойчивости и постоянства учебных интересов. В Современная психодиагностика России. Преодоление кризиса: сборник ма-

- териалов III Всероссийской конференции по психологической диагностике. Челябинск, Издательский центр ЮУрГУ, т. 1, 66–74
15. Гордеева, Т.О., Осин Е.Н., Сучков Д.Д., Иванова Т.Ю., Сычев О.А., Бобров В.В. (2016) Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием. Культурно-историческая психология, 12(2), 46–58
16. Гришина, Н.В. (2018) «Самоизменения» личности: возможное и необходимое. Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология и педагогика, 8(2), 126–138. <https://doi.org/10.21638/11701/spbu16.2018.202>
17. Гусарова, Е.С. Одинцова, М.А. Сорокова, М.Г. (2021) Шкала оценки жизнеспособности семьи: адаптация на российской выборке. Психологические исследования, 14(77), 4. <https://doi.org/10.54359/ps.v14i77.130>
18. Ильинский, И.М. (1995) О воспитании жизнеспособных поколений российской молодежи. В сб. Государство и дети: реальность России. М.: Российское педагогическое агентство
19. Методические рекомендации по развитию жизнеспособности у детей и подростков «Жизнеспособность в тренинге» / Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020.