**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Новые Выселки»**

Рассмотрено «УТВЕРЖДАЮ»

на заседании и.о. директора школы

пед совета . \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ищенко Е.В.

Протокол № \_4 Приказ № \_\_3\_\_\_ от \_\_\_13.01.2025г

от \_13.01.2025г

Программа

психолого-педагогического сопровождения обучающихся, направленная на формирование навыков жизнестойкости.

Программа разработана в соответствии с письмом Министерства образования Саратовской области от 20.12.2024 г. № 1-25/14084 с пунктом 2.2. раздела II протокола заседания межведомственной рабочей группы по предотвращению криминализации подростковой среды Министерства просвещения Российской Федерации от 17 декабря 2024 года № 07-6085, в целях профилактики антивитального поведения детей и молодежи.

Методического пособия «Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании». Составители: Борисенко О.В.,Матерова Т.А., Ховалкина О.А.,Шамардина М.В. – Барнаул, 2014.

Программа определяет содержание, основные пути формирования жизнестойкости подростков, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития.

**СОДЕРЖАНИЕ**

Пояснительная записка

1. Паспорт программы
2. Содержание деятельности образовательного учреждения
   1. Цели и задачи.
   2. Сроки реализации программы.
   3. Этапы реализации программы.
   4. Структура программы и тематическое планирование.
   5. Психологические особенности контингента.
   6. Формы и методы реализации программы.
   7. Показатели эффективности реализации программы.
   8. Прогнозируемые риски.
   9. Ресурсное обеспечение программы.

Список использованных источников.

Приложение 1.Методика «Шкала социальной компетентности обучающегося» А.М. Прихожан.

Приложение 2. Тест жизнестойкости. Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева.

Приложение 3. Методика «Шкала тревожности» (15-17 лет)

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная Программа относится к числу профилактических психолого-педагогических программ, т.к. она направлена на профилактику трудностей в социализации, отклонений в развитии и поведении обучающихся лицея, связанных с риском самоповреждения (суицид).

Актуальность данной Программы формирования жизнестойкости обучающихся определяется возрастающими потребностями нашего общества в поисках путей создания благоприятных условий для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути. В современных условиях жизнедеятельность подростков и юношей предполагает проявление активности, мобильности и самостоятельности в принятии решений. Зачастую, студенты оказываются в стрессовых ситуациях, где необходима своевременная поддержка со стороны взрослых.

Сложная жизненная ситуация всегда характеризуется несовпадением между реальной ситуацией (желание достичь, сделать и т.п.) и имеющимися возможностями. Такое несоответствие потребностей способностям и возможностям препятствует достижению целей, а это влечёт за собой возникновение негативных эмоций, которые и сигнализируют о возникновении трудной ситуации. Развивающийся человек, осваивая и познавая мир вокруг себя, но, не обладая достаточным жизненным опытом, неизбежно встретиться с чем-то для себя неожиданным, неизвестным и новым. Применение собственных способностей и возможностей в данной ситуации может оказаться недостаточным, поэтому может стать причиной суицидальных мыслей и намерений. Своевременная психологическая помощь и поддержка, оказанная в трудной жизненной ситуации, позволяет избежать значительного количества непоправимых событий.

Вопросы жизнестойкости личности имеют огромное практическое значение, поскольку устойчивость охраняет личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности.

Решение данной задачи возможно в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальные педагоги, педагоги-психологи.

Формирование жизнестойкости опирается на аксиологический подход к категории «ценность»: ценность человеческой жизни, цели и смысла жизни. Формируется отношение к общечеловеческим ценностям, определяется выбор социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора, индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях.

Исходя из вышесказанного, основной целью работы педагогического коллектива образовательной организации должен стать комплексный подход к формированию жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями подростков.

1. **ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы | Программа по формированию жизнестойкости обучающихся. |
| Организация – разработчик: | МБОУ «СОШ с. Новые Выселки» |
| Цель и задачи программы | **Цель:** повышение уровня жизнестойкости обучающихся, профилактика антивитального поведения.  **Задачи:**   * реализация комплекса мероприятий, направленных на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивитального (суицидального) поведения в образовательной среде; * организация психолого-педагогической профилактики суицидального поведения в образовательной среде через осознанное саморазвитие обучающихся и развитие позитивного (оптимистичного) мироощущения: адекватное самовосприятие и самооценка, адаптивное поведение, поиск и обретение жизнеутверждающих ценностей, совершенствование волевых качеств, социальной компетентности, коммуникативных умений; * формирование у педагогического коллектива теоретической основы и отдельных практических навыков по формированию жизнестойкости обучающихся. |
| Разработчики программы: | Зам по ВР, педагог-психолог |
| Исполнители программы | Администрация, классные руководители,педагог-психолог |
| Участники программы | Обучающиеся, администрация, классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог, родители |
| Срок реализации программы | 2025уч.г. |
| Этапы реализации программы | **I этап:**Диагностический (январь).  **II этап:**Формирующий ( февраль ,март,апрель).  **III этап:**Диагностический(май). |
| Структура программы | Программа по формированию жизнестойкости и созданию условий для её реализации состоит из **4 модулей**:   1. Профилактическая работа в классах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах) 2. Психологический практикум 3. Индивидуальная работа с обучающимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации 4. Повышение психолого – педагогической компетентности педагогического персонала и родителей |
| Механизм управления  реализацией программы | Контроль над реализацией программы осуществляется администрацией МБОУ СОШ №54 |
| Прогнозируемые риски | * многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся и не зависящих от получаемого образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни); * недостаточная мотивационная готовность педагога 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. |
| Показатели эффективности программы | Повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:   * адаптивность; * уверенность в себе; * наличие жизненных перспектив; * стремление к достижениям; * стрессоустойчивость. |

**2.СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**2.1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель:**повышение уровня жизнестойкости обучающихся, профилактика антивитального поведения.

**Задачи:**

* реализация комплекса мероприятий, направленных на повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактику антивитального (суицидального) поведения в образовательной среде;
* организация психолого-педагогической профилактики суицидального поведения в образовательной среде через осознанное саморазвитие обучающихся и развитие позитивного (оптимистичного) мироощущения: адекватное самовосприятие и самооценка, адаптивное поведение, поиск и обретение жизнеутверждающих ценностей, совершенствование волевых качеств, социальной компетентности, коммуникативных умений;
* формирование у педагогического коллектива теоретической основы и отдельных практических навыков по формированию жизнестойкости обучающихся.

**2.2.СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

2025уч.г.

**2.3.ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**I этап:** подготовительный (Январь 2025)

Администрация:

* издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся;
* включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся».

Классные руководители:

* заполняют бланк методики «Шкала социальной компетентности обучающегося» *(Приложение 1.)*, составляют профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе;
* определяет направления воспитательной работы в учебном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;
* планирует содержание классных часов, родительских собраний;
* взаимодействует педагогом-психологом.

Педагог-психолог:

* проводит фронтальное диагностическое обследование и обработку уровня жизнестойкости по любой предложенной методике: С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева) (*Приложение 2*), уровня тревожности по «Тесту тревожности» (*Приложение 3*), опросник АВиЖ, диагностика личностной тревожности А.М. Прихожан;
* определяет группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направленности;
* составляет психологический профиль класса;
* проводит консультирование родителей (законных представителей)

данной группы подростков, получает письменное разрешение(или

письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой

коррекционно-развивающей работы;

* разрабатывает совместно с классными руководителями, администрацией школы мероприятия в соответствии с выявленными проблемными зонами в развитии социальной компетентности, качеств личности обучающихся, определяющих жизнестойкость и возможности совладающего поведения;
* составляет учебно-тематический план индивидуальных (группо­вых) занятий с подростками группы риска и утверждает его руко­водителем образовательной организации.

**II этап:** формирующий ( февраль ,март,апрель 2025 г.)

Администрация:

* организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;
* координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся.

Классные руководители:

* организуют просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся;
* проводят классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы;
* организуют включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность;
* осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности.

Педагог-психолог:

* проводит психологический практикум в классах в форме практических занятий с элементами тренинга;
* проводит индивидуальные коррекционно – развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации;
* участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей);
* осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на фор­мирование жизнестойкости;
* проводит консультирование родителей (законных представите­лей) данной группы подростков, получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы.

**III этап:** Диагностический(май 2025г.)

Администрация:

* осуществляет анализ и оценку результатов Программы в 2024-2025 учебном году в соответствии с показателями эффективности;
* осуществляет планирование работы на 2019-2020 учебный год;
* организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом;
* проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители:

* проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы;
* планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в учебном коллективе).

Педагог-психолог:

* проводит мониторинг социальной компетентно­сти обучающихся по итогам индивидуальной работы;
* проводитиндивидуальное диагностическое обследование и обработку уровня жизнестойкости по методике С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева) и уровня тревожности по «Тесту тревожности» и др.;
* осуществляет анализ и оценку результатов программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2024 - 2025уч.г.учебном году в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией школы);
* планирует мероприятия по повышению психолого­ - педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей), собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обу­чающихся, изучения Я – концепции обучающихся.

**2.4. СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**Профилактическая работа в классах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах, часах мастера)**

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы: осознанное саморазвитие обучающихся и развитие позитивного (оптимистичного) мироощущения: адекватное самовосприятие и самооценка, адаптивное поведение, поиск и обретение жизнеутверждающих ценностей, совершенствование волевых качеств, социальной компетентности, коммуникативных умений.

Структура занятий:

1. Упражнение для создания эмоционального настроя на занятие;

2. работа в микрогруппах;

3. мини-дискуссия;

4. подведение итогов по схеме:

• как менялось мое эмоционально состояние в течение занятия?

• какой опыт приобретен в процессе занятия?

• какой эпизод занятия запомнился (понравился, удивил) больше всего? Почему?

1. Притча.

Условием успешности профилактической работы в учебных коллективах является ее системный характер, диалоговое взаимодействие, безоценочное принятие личности подростков, отсутствие назидательности со стороны педагога.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ЯНВАРЬ** | | | |
| **Содержание работы** | **Участники** | **Сроки выполнения** | **Ответственные** |
| Просмотр фильма «Тайна природы женщины. Как не стать жертвой преступления» с обсуждением (девочки)  Просмотр фильма «Пять секретов настоящего  мужчины» с обсуждением (мальчики) | 9-10 классы | в течение месяца | Классные руководители 9-10 классов |
| Круглый стол «Ответственность несовершеннолетних» | Состоящие на различных видах учета,  группа риска | до 24.01.2025 |  |
| Классный час «Толерантность. Путь к миру» | 5-6 классы | 24.01.2025 | Классные руководители 5-6 классов |
| - Классный час «Любовь – волшебная страна»  - Психологические классные часы «Быть здоровым – это модно?» | 5-6 класс  1-10 классы | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога |  |

**ФЕВРАЛЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Участники** | **Сроки выполнения** | **Ответственные** |
| Беседы «Твои трудовые обязанности в школе и дома» | 5-8 классы | По графику классных часов | Классные руководители 5-8 классов |
| - Психологический тренинг «Знаете ли вы себя?»  - Психологический тренинг«Посмотрим, подумаем, поспорим», «Неформальные молодежные объединения»  - Психологический урок«Наш класс – моя семья. О взаимоотношениях мальчиков и девочек»  - Психологический тренинг«Я познаю себя» | 1-9 классы | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога |  |
| Урок толерантности «Все вместе» | 5-9 классы | 20.02.2025 | Классные руководители 5-9 классов |

**МАРТ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Участники** | **Сроки выполнения** | **Ответственные** |
| Международный день борьбы с наркоманией и наркобизнесом. Декада здорового образа жизни «Жизнь дана, чтобы жить!» (к Международному дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом) | 6-10 класс | 03.03–05.03.2025 | Заместитель директора по воспитательной работе,  советник директора по воспитанию  классные руководители 6-10 классов |
| Проведение профилактической акции  «Ты и твой выбор» | 7-8 классы | до 31.03.2025 | Заместитель директора по ВР, классные руководители 7-8 классов |
| - Психологический час «Дети и родители. Давайте понимать друг друга»  - Психологический урок «Преодолевая трудности»  - Психологический тренинг «Мы вместе»  - Развивающее занятие «Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками» | 5-10классы | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога |  |
| Откровенный разговор  «Ранние половые связи и их последствия» | 5-9 классы | в течение месяца | Классные руководители 5-9 классов,  Фельдшер ФАПа |
| Информационный вестник (стендовая информация, раздаточные материалы) для обучающихся на темы:  • Мы – против насилия!  • Мы – против жестокого обращения! |  | в течение месяца |  |

**АПРЕЛЬ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Участники** | **Сроки выполнения** | **Ответственные** |
| Акция «Синяя лента апреля» | 1-9 классы | в течение месяца | Классные руководители  1-9 классов |
| Организация и проведение семинара для  педагогических работников  «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся» | Педагогический коллектив | По графику работы педагога-психолога |  |
| Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Жестокое обращение как социально-педагогическая проблема. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе» | Педагогический коллектив | До 30.04.2025 |  |
| - Час общения «Поверь в себя»  - Социально психологический тренинг в выпускных классах «Я и мой выбор»  - Психологический тренинг«Умей управлять собой», «Инь - Янь: добро и зло во мне»  - Психологический тренинг «Экзамен. Стресс». «Навыки саморегуляции»-  - Классный час «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления» | 1-10 классы | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога |  |

**МАЙ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание работы** | **Участники** | **Сроки выполнения** | **Ответственные** |
| Классный час «Как научиться жить без драки» | 1-5 классы | до 31.05.2025 | Классные руководители 1-5 классов |
| - Игра-тренинг «Впереди у нас – 5 класс»  - Акция «Детский телефон доверия»  - Классный час «Молодёжные субкультуры и их виды» | 1-10 классы | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога | в течение месяца по отдельному плану педагога-психолога |
| Акция «31 мая – день без табачного дыма» |  |  | Классные руководители  1-10 классов, |

**2 модуль**.**Психологический практикум**

Основной задачей реализации психологического практикума является расширение информационного поля обучающихся в вопросах межличностного конструктивного взаимодействия, социального давления, эффективных способов выхода из сложных жизненных ситуаций, саморегуляции и саморазвития эмоциональной сферы личности, формирования жизнеутверждающих установок, активной жизненной позиции.

Тематический план.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов |
| 1-2. | *«Жизнестойкий человек. Как им стать?».*  Цель: познакомить с понятием жизнестойкости и её значимостью в жизни человека; исследовать уровень развития компонентов жизнестойкости и уровень тревожности у обучающихся с помощью «Теста жизнестойкости» (методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева), методики «Шкала тревожности» (15-17 лет);способствовать развитию умения адекватного принятия в свой адрес как положительной информации, так и отрицательной, осознанию внутренних проблем. | 2 |
| 3. | *«Как успешно общаться и налаживать контакты».* Цель: познакомить с особенностями межличностного взаимодействия; способствовать представлению о способах самоанализа и самокоррекции в сфере общения, развитию базовых коммуникативных умений. | 1 |
| 4. | *«Мозаика общения»*  Цель: предоставить участникам возможность вступить во взаимодействие друг с другом, прожить ситуации сотрудничества, взаимоподдержки,  создать модели эффективного общения. | 1 |
| 5. | *«Мои проблемы».*  Цель: способствовать осознанию своих проблем и поиску их решения, а также преодолению трудностей, мешающих полноценному самовыражению; актуализировать личностные ресурсов. | 1 |
| 6. | *«Стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях»*  Цель: проанализировать имеющиеся проблемы; познакомить с различными стратегиями решения проблем; способствовать формированию индивидуальной стратегии поведения в сложной жизненной ситуации. | 1 |
| 7. | *«Позитивное мироощущение».*  Цель: способствовать формированию жизнеутверждающих установок, активации позитивно окрашенных реакций на различные, в том числе стрессовые ситуации в жизни подростков. | 1 |
| 8. | *«Есть проблема? Нет проблем!»*  Цель: способствовать формированию адекватного отношения к проблемам; способствовать развитию умения менять отношение к трудным ситуациям. | 1 |
| 9. | *«Регуляция стресса».*  Цель: способствовать формированию навыков саморегуляции для снятия негативных последствий стресса. | 1 |
| 10. | *«Стрессу - нет!»*  Цель: обучение приемам снижения эмоционального напряжения, отработка релаксационных упражнений. | 1 |
| 11. | *«Я не такой как все и все мы разные»*  Цель: укрепить уважение подростков к себе и окружающим, чувство собственного достоинства, повысить коммуникабельность. | 1 |
| 12. | *«Сопротивление давлению».*  Цель: способствовать формированию навыков сопротивления давлению, позитивного отношения к стремлению быть индивидуальностью. | 1 |
| 13 | *«Хорошо ли быть уверенным в себе?»*  Цель: создать условия для развития личностных возможностей, развивать навыки самоанализа собственных слов, действий, поступков и давать адекватную оценку самого себя и сложных ситуаций; научить сохранять спокойствие и невозмутимость в тех ситуациях, которые   раньше вызывали тревогу, управлять собственными чувствами и эмоциями; повысить уверенное поведение и умение противостоять групповому давлению. | 1 |
| 14. | *«Кризис: выход есть!».*  Цель: организация условий, способствующих осознанию своего жизненного предназначения;  расширение репертуара конструктивных способов совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях. | 1 |
| 15. | *«Разрешение проблемных ситуаций».*  Цель: развитие рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию.актуализация активной позиции участников в решении проблем конструктивными способами; создание алгоритма, который может помочь в построении стратегии разрешения проблемной ситуации; развитие навыков помощи себе и другим в сложной ситуации. | 1 |
| 16. | *«Ценности личности».*  Цель: способствовать формированию отношения подростков к ценностям как очень важной составляющей личности, которое определяет наше отношение к жизни вообще. | 1 |
| 17. | *«Ценить настоящее»*  Цель: помочь обучающимся обратиться к своим чувствам, проанализировать свое отношение к ценностям жизни. | 1 |
| 18. | *«Жить по собственному выбору».*  Цель: способствовать формированию активной жизненной позиции, оптимистического взгляда на собственное будущее; повторно исследовать уровень развития компонентов жизнестойкости и уровень тревожности у обучающихся с помощью «Теста жизнестойкости» (методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева), методики «Шкала тревожности» (15-17 лет). | 1 |

**3 модуль.Индивидуальная работа с обучающимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации**

Основная задача индивидуальной (групповой) работы с подростком, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: сориентировать на поиски выхода из критических ситуаций или (что более реально) на изменение его отношения к ним. Эффективным методом работы является беседа, которая проводится по следующим этапам:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы беседы | Главные задачи этапа | Используемые приемы |
| Начальный этап | Установление эмоционального контактас собеседником, взаимоотношений сопереживающего партнерства. | «Сопереживание», «Эмпатийное выслушивание» |
| Второй этап | Установление последовательности событий, которые привели к кризисной ситуации; снятие ощущения безвыходности ситуации. | «Преодоление исключительности ситуации», «Поддержка успехами и достижениями», «Структурирование беседы», «Постоянное внимание к содержанию», «Определение конфликта». |
| Третий этап | Совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации | «Интерпретация», «Планирование», «Удержание паузы», «Фокусирование на ситуации». |
| Заключительный этап | Окончательное формулирование плана деятельности; активная психологическая поддержка. | «Логическая аргументация», «Рациональное внушение уверенности» |

**4 модуль.Повышение психолого – педагогической компетентности педагогического персонала и родителей**

При системном подходе к организации профилактического просвещения родителей и педагогов необходимо сформировать благоприятные условия для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути.

Задачи работы:

* + способствовать переоценке взаимоотношений с детьми;
  + формировать уважение к личности ребенка и пониманию его проблем.

**Тематический план родительских собраний**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Мероприятие | Дата | Ответственные |
| 1. | «Жизнестойкость и ее компоненты» | Январь |  |
| 2. | «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях» | Февраль |  |
| 3. | «Нравственные ценности семьи» | Март |  |
| 4. | «Контакты и конфликты» | Апрель |  |
| 5. | «Общение родителей с детьми-подростками» | Май |  |

**Тематический план повышения психолого – педагогической компетентности педагогического персонала**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Мероприятие | Тема | Дата | Ответственные |
| 1. | Заседание МОклассных руководителей | «Программа формирования жизнестойкости Работа классных руководителей ». | Январь |  |
| 2. | Пед.совет | Проблемы аутоагрессивного поведения подростков. | Февраль |  |
| 3. | Пед.совет | Методы своевременного выявления обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, нуждающихся в незамедлительной помощи | Март |  |
| 4. |  | Возрастные особенности подростков | Апрель |  |
| 5. |  | Способы улучшения детско-родительских отношений. | Май |  |

**2.5. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТИНГЕНТА**

Для большинства обучающихся профилактические мероприятия программы будут являться развивающими, поддерживающими положительную динамику развития.

Особого внимания требуют отдельные категории обучающихся: обучающиеся, находящиеся на государственном обеспечении (сироты), обучающиеся из малообеспеченных семей и обучающиеся, субъективно считающие себя находящимися в сложной жизненной ситуации. Данные категории обучающихся и будут являться основными объектами профилактической работы.

Психологические особенности обучающихся, находящемся на государственном обеспечении (сироты): наличие чувства «отвергнутого ребёнка», сенсорная депривация основных потребностей, несформированные представления об успешности, нестабильность ценностных ориентаций, слабо сформированная картина мира, деструктивная Я – концепция, повышенная чувствительность к различного рода препятствиям, неготовность преодолевать трудности, снижение потребностей в достижениях и успехе, что особенно ярко определяется в ситуации неопределённости, повышенная агрессивность, недоверчивость, вспыльчивость, несдержанность, чрезмерная импульсивная активность, эмоциональная холодность, уход в себя, недоверие к окружающим, нарушений эмоциональных контактов с окружающими, наблюдается тенденция вести себя вызывающе в обществе, попытка привлечь к себе внимание при неумении создавать прочные эмоциональные привязанности, высокий уровень демонстративности.

Психологические особенности обучающихся из малообеспеченных семей: тревожное, неуверенное эмоциональное состояние, связанное с беспокойством родителей и других членов семей, повышенная эмоциональная напряжённость, связанная с материальной обеспеченностью, может наблюдаться ограничение социальных контактов, комплекс неполноценности из-за отсутствия материальных ценностей, попытка восполнить их нехватку криминогенными способами, наблюдается тенденция негативного выхода из трудных жизненных ситуаций и отрицательное восприятие будущего.

**2.6.ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Классные часы, психологический практикум, акции, экскурсии, походы, конкурсы, проекты, родительские собрания.

Практические занятия с элементами тренинга, деловые и ролевые игры, тренинги, эстетические беседы, диспуты, встречи с интересными людьми, презентации.

Диагностические методики:

* 1. Диагностика социальной компетентности обучающегося.Шкала разработана А.М. Прихожан и направлена на выявление уровня социальной компетентности подростков 11—16 лет и позволяет выявить, как общий уровень социаль­ной компетенции подростка в соответствии с возрастом, так и компетентность в отдель­ных областях: самостоятельность, уверенность в себе, отношение к своим обязанностям, развитие общения, организованность, развитие произ­вольности, интерес к соци­альной жизни.
  2. Диагностика жизнестойкости. Тест жизнестойкости. Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева. Позволяет определить уровень сформированности жизнестойкости в целом и ее компонентов: вовлеченность, принятие решений, контроль.
  3. Диагностика тревожности. Методика «Шкала тревожности» направлена на выявление уровня тревожности подростков 15-17 лет. Позволяет определить ситуации, тревожащие подростка: ситуации, связанные со школой, общением с педагогом; ситуации, актуализирующие представление о себе; ситуации общения.

**2.7.ПОКАЗАТЕЛИ ЭФФЕКТИВНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАМЫ**

Показателями эффективности реализации программы выступает повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

* адаптивность;
* уверенность в себе;
* наличие жизненных перспектив;
* стремление к достижениям;
* стрессоустойчивость

**2.8. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РИСКИ**

В ходе реализации программы допустимы риски и неопределенности:

* многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся и не зависящих от обучения в школе (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни);
* недостаточная мотивационная готовность педагога 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.

**2.9. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОГРАММЫ**

Требования к минимальному материально – техническому обеспечению.

Реализация программы требует наличия учебных кабинетов. Кабинет должен быть оборудован посадочными местами по количеству обучающихся, экраном для просмотра видеоматериалов и такими техническими средствами как компьютер, мультимедиапроектор.

Кадровое обеспечение.

Педагогическим работникам, реализующими данную программу необходимо придерживаться определенных рекомендаций:

* Педагог должен быть сам хорошо информирован по всем предлагаемым для обсуждения темам.
* При подаче информационного материала по предупреждению суицидальной активности обучающихся придерживаться определённой профилактической стратегии: говорить не о суицидах, а о стрессоустойчивости, о повышении самооценки, уверенности в себе, о поиске социальной поддержки, о поведении в конфликтных и других кризисных ситуациях (ссоры, неудачи в учёбе, новый член семьи, предательство друга, если случилось горе и др.) Таким образом, происходит обучение проблем – разрешающего поведения, развитие адекватного отношения к собственной личности, эмпатии; формирование адаптивных копинг – стратегий, позволяющих эффективно преодолевать критические ситуации. С помощью таких мероприятий педагоги способствуют формированию жизнестойкости подростков.
* Успех профилактической работы так же зависит и от того, сколько своего «Я» педагог внесёт в излагаемое содержание. Его поведение в жизни по данному вопросу должно сочетаться с теми рекомендациями, которые он излагает. Любое несоответствие между тем, что он будет говорить и его поведением, любая фальшь по невидимым каналам будет тут же «ощутима, слышна и видна». «Одни и те же слова по-разному воспринимаешь от человека, которому веришь, и от человека, в словах которого сомневаешься». (Н. Крупская).

Педагог-психолог, организуя психокоррекционую работу с обучающимися по переживанию травматического события, должен иметь соответствующий рабочий инструментарий по работе с травмой: набор психокоррекционных техник и методов, упражнений, направленных на создание психологически безопасной атмосферы, коррекцию эмоциональной сферы, снятие тревоги, беспокойства, работу со страхами, психокоррекцию агрессивных и аутоагрессивных тенденций, выработку внутренней свободы, на понимание своих целей, потребностей, преодоление препятствий, выработку навыков поиска выхода из сложных ситуаций, формирование позитивного образа будущего.

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.**

1. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002.
2. Бокова О.А. Профилактика суицидального поведения студентов в образовательной среде колледжа. Профилактическая психолого – педагогическая программа. Барнаул – 2012.
3. Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС - полиграфия», 2009.
4. Особенности формирования жизнестойкости и совладения с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., ШамардинаМ.В. Барнаул, 2014г. 184 с.
5. Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возрастав М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.
6. Формирование жизнестойкости у школьников: методические рекомендации для классного руководителя. Составители: Гражданкина Л.В., , Зикратов В.В.,Тарасова А.Ю.