

1. **Паспорт Программы**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование программы | Формирование жизнестойкости обучающихся МБОУ «СОШ № 5» |
| Цель и задачи  программы | Цель:   * повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения;   Задачи:   * оказание психолого- педагогической помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации; * формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе); * формировние у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей; * организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятельность. |
| Разработчики  Программы | Рабочая группа |
| Исполнители Программы | Администрация школы, классные руководители, учителя предметники. |
| Срок реализации Программы | 2018- 2019 уч. год |
| Этапы реализации Программы | I этап: подготовительный (01.сентября 2018 – 30 сентября 2018)  II этап: формирующий (01 октября 2018 – 30 апреля 2019)  III этап: мониторинг (май 2019) |
| Механизм управления реализацией  Программы | Контролль за реализацией программы осуществляется:   * администрацией МБОУ «СОШ № 5»; * классными руководителями; * родителями обучающихся. |
| Модуль Программы | 1. Профилактическая работа в классных коллективах. 2. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. 3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей. |
| Прогнозируемые риски | * многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся и независимых от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни): * недостаточная мотивация гоитовности учителей 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 благополучия) |
| Показатели эффективности  Программы | * повышения уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств: * высокая адаптированность; * уверенность в себе; * независимость, самостоятельность суждений; * стремление к достижениям; * ограниченность контактов, самодостаточность |

1. **Пояснительнаязаписка**

2.1. **Введение**

Программа «Формирование жизнестойкости детей и подростков» разработана в соответствии с Приказом Главного управления образования и молодежной политики Алтайского края № 5486 «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации Программы по формированию жизнестойкости обучающихся ОУ», Законом Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа определяет содержание, основные пути формирования жизнестойкости детей и подростков и направлена на обеспечение эффективного психолого-педагогического и консультативного сопровождения несовершеннолетних, что позволяет преодолеть им трудности адаптации в образовательной среде и в быту, трудности, связанные с профессиональным самоопределением, постановкой целей, позволяет повысить устойчивость организма в стрессовой ситуации и справиться с состоянием страха, тревоги и раздражительности. Необходимость в разработке профилактической программы по формированию жизнестойкости связана с появлением у подростков состояния тревоги, страхов, отчуждения, часто состояние тревожности, страхов, отчуждения приводит к внутреннему дискомфорту, конфликтам мотивационной сферы, вызывает состояние депрессии, утраты веры в будущее, смысла жизни.

2.2**. Актуальность**

В последнее десятилетие подростковая депрессия стала одним из самых социально обсуждаемых явлений. По данным статистики, каждый день в России шесть детей решают свести счеты с жизнью. Опасность депрессивного состояния в том, что его не всегда можно распознать: за внешним благополучием ребенка могут скрываться боль, отчаяние и одиночество. И чем острее он нуждается в помощи, тем глубже замыкается в себе. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного подростка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед ним трудных жизненных ситуаций. Эта проблема 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 жизнестойкость.

В отечественной психологии проблема трудных и экстремальных жизненных ситуаций разрабатывается многими учеными: это Н.В. Тарабарина, М. Ш. Магомед-Эминов, Н.Н. Пуховский, Ф.Е. Василюк, К. Муздыбаев, В. Лебедев, М.М. Решетников, Ц.П. Короленко, Ю.А. Александровский и другие.

Сегодня предпринимаются попытки целостного осмысления личностных характеристик, ответственных за успешную адаптацию и совладание с жизненными трудностями в работах Л.Н. Гумилева, А.Г. Маклакова, понятие о личностном потенциале, разрабатываемое Д.А. Леонтьевым. В концепции жизнестойкости С. Мадди также рассматривается индивидуально-личностный, смысловой контекст саморегуляции. Жизнестойкость оказывается ключевой личностной переменной, опосредующей влияние стрессогенных факторов (в том числе хронических) на соматическое и душевное здоровье, а также на успешность деятельности. Жизнестойкость, считает Мадди, состоит из трех взаимосвязанных аттитюдов (или установок): вовлеченности (включенности), контроля и вызова (принятия риска).

В МБОУ «СОШ № 5» 3 семьи стоят на учете в КДН и ЗП как «социально-опасные семьи». В школе обучается 11 опекаемых учащихся. На учете ПДН состоит 3 человека. По данным исследований психолога наблюдается повышенный уровень личностной тревожности учащихся. Учеными-психологами и были определены следующие группы факторов, оказывающие влияние на формирование жизнестойкости:

* хроническая бедность семьи;
* родители с низким уровнем образования;
* задержка развития;
* генетические нарушения;
* интеллектуальное развитие по нижней границе нормы;
* трудный» темперамент.

**3.Содержание деятельности образовательного учреждения**

3.1. Цель и задачи Программы

**Цель:**

- повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения

**Задачи:**

- оказать психолого – педагогическую поддержку и помощь детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;

- формировать навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

- формировать у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;

-повысить компетентность родителей, педагогического коллектива в организации работы по формированию жизнестойкости подростков и старшеклассников в условиях разрешения трудных ситуаций;

- организовать психолого-педагогическое сопровождение подростков и старшеклассников по формированию жизнестойкости педагогическим коллективом;

- обучить подростков и старшеклассников приемам и методам устойчивости в стрессовой ситуации и снятия нервно-психического напряжения в стадии возбуждения;

- организовать включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность.

3.2.Этапы реализации программы

I этап: первично – диагностический (01сентября - 01 ноября 2018 г.)

II этап: формирующий (02 ноября 2018 – апрель 2019 гг.)

III этап: оценка результатов ( май 2019 г.)

**1 этап** – первично-диагностический, направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости учащихся (методика диагностики социально-психической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд); тест «Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов); тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова), шкала депрессии Бека. Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни учащегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в бланках под шифром, который присваивается самим учащимся, что позволяет получить максимально достоверную информацию. На этом же этапе осуществляется подготовка преподавательского коллектива к проведению профилактики девиантного поведения на основе формирования жизнестойкости, проводится обучающий семинар с классными руководителями. Диагностический этап завершается индивидуальным обсуждением результатов с учащимися и выступлением педагога-психолога на родительском собрании.

**2 этап** – формирующий включает в себя различные воспитательные мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнестойкости, к которым относятся оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения.

**3 этап** – оценка результатов посредством повторной диагностики компонентов жизнестойкости учащихся с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе, что позволяет проследить динамику жизнестойкости.

**Программа** состоит из 4 модулей:

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

2. Элективный курс (факультатив(18-40 час.);

3. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (6-8 час.);

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

**Показатели эффективности программы:** повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

- высокая адаптивность

- уверенность в себе

- независимость, самостоятельность суждений

- стремление к достижениям

- самодостаточность

**3.3.Срок реализации Программы 2018 - 2019 гг.**

**Этапы работы по реализации школьной программы, направленной на формирование жизнестойкости обучающихся**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. **Подготовительный этап** | |
| Администрация | 1. Издает локальные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся.  2. Включает в план воспитательной работы образовательного учреждения раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся».  3. Организует проведение методических семинаров, педагогических советов по организационно-содержательным вопросам формирования жизнестойкости обучающихся в ОУ педработниками. |
| Классный руководитель | 1. Заполняет бланк методики «Шкала социальной компетентности обучающегося, составляет профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе.  2. Определяет направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе.  3. Планирует содержание классных часов, родительских собраний.  4. Взаимодействует с педагогом-психологом, социальным педагогом. |
| Педагог-психолог | 1. Разрабатывает цикл занятий по формированию жизнестойкости, утверждает учебно-тематический план занятий.  2. Определяет группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.  3. Проводит консультирование родителей данной группы подростков, получает письменное разрешение (отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы.  4. Проводит диагностику личностного развития детей подросткового возраста с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (при наличии письменного разрешения родителей).  5. Составляет учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы риска, который утверждается директором ОУ. |
| 1. **Формирующий этап** | |
| 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 формированию жизнестойкости обучающихся. |
| Классный руководитель | 1. Организует просветительскую работу с родителями обучающихся.  2. Проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы.  3. Организует включение подростков в ценностно значимую для них деятельность.  4. Осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности. |
| Педагог-психолог | 1. Организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-3 групповых психологических занятий в 5-х, 9-х классах, в «сборных» вновь созданных классах, в классах где появился новый ученик, в конфликтных классах.  2. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по формированию овладевающего поведения с подростками, оказавшимися в ТЖС.  3. Проводит элективный курс(факультатив) для обучающихся по формированию жизнестойкости.  4. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей.  5. осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости. |
| Социальный педагог | Осуществляет социальный патронаж обучающихся в социально опасном положении, на учете в КДН и ЗП, ПДН |
| 1. **Мониторинг** | |
| Администрация | 1. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2017 – 2018 учебном году в соответствии с показателями эффективности.  2. Осуществляет планирование работы на 2018 – 2019 учебный год.  3. Организует обсуждение результатов работы с родителями и педагогическим коллективом.  4. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов. |
| Классный руководитель | 1. Заполняет бланк методики «Шкала социальной компетентности обучающегося», составляет профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе по тогам работы.  2. Проводит анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы.  3. Планирует работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе). |
| Педагог-психолог | 1. Организует проведение мониторинга социальной компетентности обучающихся (на основании профиля сформированности качеств жизнестойкости в классных коллективах по методике «Шкала социальной компетентности обучающегося»).  2. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2017 – 2018ы уч. году в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией ОУ).  3. Планирует мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей, собственную работу на следующий уч. год с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обучающихся. |

**3.4. Принципы реализации Программы.**

1.Принцип гуманности. Создание доброжелательной атмосферы, способствующей ориентации ребёнка на положительные действия и поступки; создание условий для свободного развития, самореализации и самоактуализации.

2.Принцип творчества. Новые решения традиционных дел, поиск новых вариантов организации познавательной, спортивной, трудовой, практической деятельности.

3.Принцип социальной активности. Включение детей в активную организацию жизнедеятельности класса, развитие ценностных ориентаций.

4.Принцип индивидуальности. Отражение уникальности, неповторимости ученика. Помощь каждому ребёнку в личностном самоопределении.

5.Деятельностный принцип. Воспитывает не педагог, не нравоучения, а организация жизни детей, её живые уроки, которые образуют личностный опыт каждого воспитанника. Чем богаче классная (школьная) деятельность, тем сильнее она задевает сердца и души детей.

6.Принцип взаимоотношения. Взаимовосприятие, взаимные действия в отношении детей друг к другу.

7. Возрастной принцип. Знание половозрастных особенностей детей.

**3.5.Формы и методы реализации Программы:**

Классные часы, практические занятия, деловые и ролевые игры, практикумы, тренинги, эстетические беседы, диспуты, встречи с интересными людьми, акции, экскурсии, походы, конкурсы, презентации, проекты, родительские собрания.

Механизм реализации программы основывается на совершенствовании и активизации работы ОУ в процессе образования, воспитания и развития учащихся 11 – 15 лет.

**3.6. Организационно- педагогические условия реализации Программы:**

- ведение аналитической и диагностической деятельности (анкетирование, собеседование, тестирование, наблюдение, опросники, социологические исследования);

- организация и совершенствование ученического самоуправления;

- организация волонтерской деятельности;

-организация системы взаимодействия, сотрудничества с культурными и образовательными учреждениями города;

-учет возрастных особенностей учащихся.

Возрастные особенности учащихся

Механизм реализации Программы основывается на совершенствовании и активизации работы ОУ в процессе образования, воспитания и развития учащихся 11 – 15 лет.

5 класс: (11-12 лет) – конец детства, период, непосредственно предшествующий подростковому. В это время дети в основном уравновешены, спокойны, они открыто и доверчиво относятся к взрослым, признают их авторитет, ждут от учителей, родителей, взрослых помощи и поддержки.

6 - 7 классы: (12-13 лет) – младший подростковый возраст. Это период повышенной активности, стремления к деятельности, значительного роста энергии школьника. Шестиклассники характеризуются резкой повышенной познавательной активностью и любознательностью. В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни.

8-9 классы: (13-15 лет) – подростковый возраст. Это период повышенной активности, стремления к деятельности, значительного роста энергии школьника. Значимой особенностью мышления подростка является его критичность. У ребенка, который всегда и со всем соглашается, появляется свое мнение, которое он старается отстаивать

3.7.Ожидаемые результаты. Эффекты.

Повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

-высокая адаптированость;

- уверенность в себе;

- независимость, самостоятельность суждений;

- стремление к достижениям;

- ограниченность контактов, самодостаточность

3.8. Риски и пути их преодоления

В ходе реализации Программы допустимы риски и неопределенности:

- многообразие факторов, влияющих на формирование 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 благополучия)

**Модуль 1.Профилактическая работа в классных коллективах в рамках внеурочной занятости, на классных часах**

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы: формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

При организации воспитательных мероприятий следует учитывать механизм развития психологических структур подростка, позволяющих превращать проблемные ситуации в новые возможности.

Показать возможности подростка, помочь их осмыслить, выбрать именно для себя должное, сформулировать цель, организовать деятельность в выбранном направлении.

**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?

5. Притча

Содержание работы с обучающимися 5-6 классов преимущественно направлено на познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, самовоспитание.

При проектировании занятий с обучающимися 7-9 классов целесообразно учитывать потребность взрослеющих подростков в избирательности общения, их эмоциональную ранимость, потребность в признании и стремление к самоутверждению.

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

**Модуль 2.Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.**

**Тематическо епланирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема** | **Содержание** | **Количество часов** |
| **«Я и мой мир»**  **5 класс** | | |
| Я - личность и  индивидуальность. Я и мои друзья | Самоанализ подростками сильных и слабых сторон своей  личности. Развитие рефлексии. Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как способ саморазви­тия личности. Командообразование. Самопрезентация. Формирование команды толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии. | 1-2 |
| Я в мире друзей | Актуализация представления об особенностях привычек,  взглядов, вкусов, позиций, поведения, деятельности людей, обусловленных половыми различиями. Развитие умения со­трудничать, учитывая эти знания. Формирование команды, толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии. | 1-2 |
| Мои ценности:  жизнь, здоровье,  время, друзья,  семья, успехи | Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Развитие представления о взаимосвязи личных ка­честв с жизненными успехами и неудачами людей. Формирование: убеждения, что успех в учебе и других делах зависит от труда и упорства; уверенного поведения, произвольности и самоконтроля, адекватной самооценки. Обучение приемам конструктивного общения. | 1-2 |
| Практикум уверенного поведения в опасных  ситуациях | Формирование понятий: опасность, риск, трудная жизненная ситуация, помощь, самопомощь, взаимопомощь. Обучение приемам анализа, планирования и преодоления трудной жизненной ситуации. Формирования умения обращаться за помощью к взрослому, сверстникам, пользоваться телефоном доверия. Службы экстренной помощи. | 2 |
| **6 класс** | | |
| Я и мой мир | Формирование: позитивных представлений о будущем; убеждения, что будущее нужно планировать, достижения и успех- результат деятельности человека. Успех деятельности зависит от умения общаться и взаимодействовать с другими. Самоконтроль и саморегуляция, как обязательные элементы успеха. Обучение основам саморегуляции. | 1-2 |
| Практикум  общения | Формирование понятий: конструктивное (успешное) обще­ние, критика, комплимент, конфликт, этика общения. Обучение способам распознования уверенного поведения в общении, умения оказать поддержку. Тренировка: уверенного выступления, умения обращения за помощью (на модели игровой ситуации). | 1-2 |
| Практикум  нестандартных  решенийв трудных жизненных  ситуациях | Формирование позитивного мышления, навыков самоконтроля и саморегуляции. Тренировка принятия решения, обращения за помощью и преодоления трудной жизненной ситуации (на модели игровой ситуации).  Службы экстренной помощи (контактные телефоны). | 1-2 |
| Если бы моим другом был…я сам | Формирование: адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны; мотивации, целеполагания, планирования саморазвития; конструктивного отношения к критике в свой адрес. Тренировка в приемах саморегуляции, самопрезентации (на модели игровой ситуации). | 1-2 |
| **7 класс** | | |
| Практикум  общения | Особенности принятия индивидуального и коллективного  решения. Тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения (на модели игровой ситуации «Презентация группы»). | 1-2 |
| Разработка и  управление  социальным проектом | Формирование навыков конструктивного общения, умений принятия коллективного решения. Формирование и сплочение команды, коррекция социометрического статуса, взаимоотношений, неадекватной самооценки. | 1-2 |
| Практикум  преодоления трудностей | Формирование умения постоять за себя, отстаивать свои пра­ва, сказать «нет»; анализировать ситуации, выявляя свое оши­бочное суждение. Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях.  Информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей. | 1-2 |
| Я - личность! | Сознание собственной ценности, ценности человеческой  жизни. Выбор своей социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми. Характер принятых решений, направленность выбора в сложных жизненных си­туациях (на модели игровой ситуации). | 1-2 |
| **«Я и этот мир»**  **8 класс** | | |
| Ценность  жизни. Факторы  риска и опасности | Дискуссия о жизненных целях и ценностях. Определение  факторов риска и опасности (в т.ч. зависимости). Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в ситуациях риска и опасности. | 1-2 |
| Практикум  общения | Самопрезентация группы. Вопросы-ответы. Предупреждение и разрешение конфликтов. | 1-2 |
| Практикум  саморегуляции | Способность человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях. Последствия воздействия стресса на организм,возможностиэффективно противостоят стрессу. Овладение приемами саморегуляции. | 1 |
| Риск - дело  благородное? | Дискуссия: «Риск - дело благородное? Рискованное поведе­ние - проявление смелости, взрослости, решительности?» Формирование понятий: неоправданный риск, минимальный риск, склонность к риску, минимизирование неизбежного риска, самосохранение, самоспасение, самопомощь. Службы экстренной помощи (контактные телефоны). | 1-2 |
| **9 класс** | | |
| Жизньпо  собственному  выбору | Актуализация представления о своем будущем, о своих жиз­ненных целях. Профессия как ценность.  Формулирование целей и определение временных границ.  Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях. Программы защиты от стресса, зависимости. | 1-2 |
| Практикум  Конструктивного общения | Анализ особенностей общения, ресурсов личностного роста учащихся. Формирование навыков конструктивного поведе­ния в ситуации сложного выбора, принятия коллективного решения. Защита от агрессии и стресса | 1-2 |
| Любовь! Что это  такое? | Любовь и романтические отношения в жизни человека. От­ношение к любви в разные эпохи. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия и зависимости в отношениях. Как пережить разрыв романтических отношений? | 1-2 |
| Проблемы  смысла жизни | Проблемы смысла жизни и счастья - составляющие счастья.  Я - в мире сверстников. Я - в мире взрослых. | 1-2 |

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 контакта с собеседником, взаимоотошенийсопереживающего партнерства. | «Соперевание»,«Эмпатийноевыслушивание» |
| 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» |

Организуя психокоррекционую работу с учащимися по переживанию травматического события, педагог-психолог должен иметь соответствующий рабочий инструментарий по работе с травмой:

- набор психокоррекционных техник и методов, упражнений, как для детей, так и подростков, направленных на создание психологически безопасной атмосферы в группе, 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.

Необходимо применять техники психокоррекции эмоционального состояния в соответствии с возрастом учащегося, применять и обучать учащихся методам саморегуляции.

**Модуль 3.Повышение психолого-педагогической**

**компетентности педагогов и родителей**

При системном подходе к организации профилактического просвещения родителей и педагогов возможно 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.

Примерная тематика родительских собраний

«Родителям о роли общения в жизни подростка», 5 класс

«Поощрение и наказание в воспитании детей», 5 класс

«Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности», 5 класс

«Фабрика звезд» (творческий отчет), 5 класс

«Детская агрессия», 6 класс

«Как уберечь детей от насилия. Права и обязанности ребенка», 6 класс

«Общение родителей с детьми-подростками» (ролевая игра), 6 класс

«Свободное время подростка» (творческий отчет), 6 класс

«Роль семьи в воспитании моральных качеств личности», 7 класс

«Контакты и конфликты», 7 класс «Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия), 7 класс

«Нравственные ценности семьи», 8 класс

«Мой ребёнок становится трудным», 8 класс

«Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях», 8 класс

«В семье растёт сын» (конференция отцов), 9 класс

«В семье растет дочь» (дискуссионная площадка для мам), 9 класс

«Дети и родители - профессиональный выбор: «За» и «Против» (совместное детско- родительское собрание), 9 класс

**П Л А Н**

**реализации программы «Формирование жизнестойкости подростков»**

**на 2018 – 2019уч.год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Планируемые мероприятия | Дата | | | | | | | Ответственный |
|  | сроки | декабрь | январь | | февраль | | март | |  |
| 2. | Диагностика | Диагностика социальной  компетентности обучающегося, диагностика личностного развития детей подросткового возраста. | Диагностика социальной  компетентности обучающегося, диагностика личностного развития детей подросткового возраста. | | Диагностика социальной  компетентности обучающегося, диагностика личностного развития детей подросткового возраста. | | Диагностика социальной  компетентности обучающегося, диагностика личностного развития детей подросткового возраста. | | Классный руководитель |
|  | сроки | Ноябрь /март | Ноябрь /март | | Ноябрь /март | | Ноябрь /март | |
| 3. | Написание школьниками  мини-сочинения | «Мои представления о жизнестойкой личности» | «Мои представления о жизнестойкой личности» | | «Мои представления о жизнестойкой личности» | | «Мои представления о жизнестойкой личности» | | учителя русского языка и литературы |
|  | сроки | декабрь | январь | | февраль | | март | |
| 4. | Обсуждение и анализ поведения в экстремальных ситуациях |  |  | |  | |  | | преподаватель  ОБЖ |
|  | сроки | В течениегода | | | | | | |
| 5. | Развитие волевых качеств на уроках физической культуры |  |  | |  | |  | | Преподаватель  Физической культуры |
|  | сроки  В течение года | | | | | | | |
| 6. | Обсуждение примеров жизнестойкости известных личностей на уроках по всем дисциплинам |  |  | |  | |  | | учителя- предметники |
|  | сроки  В течение года | | | | | | | |
| 7. | Мониторинг социальной компетентности обучающихся |  |  | |  | |  | |
|  | сроки  В течение года | | | | | | | |
| 8. | Родительские  собрания | 1.«Родителям о роли общения в жизни подростка» -декабрь  «Поощрение и наказание в воспитании детей», - январь  «Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности» -февраль | | «Детская агрессия» - декабрь  «Как уберечь детей от насилия. Права и обязанности ребенка» - январь  «Общение родителей с детьми-подростками» (ролевая игра)- март  «Свободное время подростка» (творческий отчет) - апрель | | «Роль семьи в воспитании моральных качеств личности», -декабрь  «Контакты и конфликты», - февраль  «Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия) -март | | «Нравственные ценности семьи», -декабрь  «Мой ребёнок становится трудным», -январь  «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях».- апрель |
| 9. | Анализ и оценка результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2018-2019 учебном году в соответствии с показателями эффективности |  | |  | |  | | администрация школы, классный руководитель |