# УТВЕРЖДАЮ

Директор бюджетного

образовательного учреждения

города Омска «Средняя

общеобразовательная школа №129

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.К. Гоменюк

« 01 » августа 2024 г.

**ПРОГРАММА**

**по формированию жизнестойкости учащихся**

**БОУ г.Омска «Средняя общеобразовательная школа №129»**

**Социальный педагог Н.Н.Эйзенкрейн**

**Содержание**

1.     Пояснительная записка.

2.     Содержательное описание программы.

3.     Перечень программных мероприятий.

**Пояснительная записка**

Комплекс требований жизни к социальному облику воспитанника школы, побуждает нас говорить о жизнестойкости как о стержневом компоненте формирования его личностных качеств. Совокупность физических, моральных, нравственных достоинств будет представлена личностью ученика исключительно в том случае, если в любой момент он сможет выдерживать проверку на прочность всех своих жизненных позиций.

В данной программе формирование жизнестойкости личности рассматривается, как перспективное направление первичной педагогической профилактики девиантного поведения.

Девиантное поведение формируется под воздействием внешних (семейное неблагополучие, микроконфликты, девиантное окружение…) и внутренних факторов (психологические характеристики личности, обуславливающие определенные реакции на внешние девиантогенные факторы). Разными людьми одинаковая ситуация расценивается и переживается по-разному. Одни трудные жизненные обстоятельства воспринимают как некий барьер, преодолев который они развиваются, другие же видят в нем крах мироздания. Следовательно, в формировании девиантного поведения главная роль принадлежит именно внутренним факторам. Таким образом, усилия педагогов, в первую очередь должны быть направлены на формирование личностных ресурсов, которые помогут сопротивляться стрессовым  обстоятельствам.

Если жизнестойкость будет формироваться целенаправленно, а именно, опираться на педагогическую систему, дающую позитивную направленность, чтобы в итоге, наряду с усвоением предлагаемых жизнью навыков, жизнестойкий воспитанник сможет продемонстрировать способность развиваться в обществе, искать и находить пути позитивной самореализации.

Данная тема актуальна в наше время. Коллектив педагогов школы, способен сделать многое, чтобы формирование у учеников жизнестойкости,  шло именно по линии культивирования позитивных свойств личности.

Современное динамично развивающееся общество переживает серьезные социально-экономические, правовые, нравственные, духовные изменения, которые затрагивают различные сферы деятельности человека, в том числе и систему образования. Эта проблема актуальна для учеников, так как создавшаяся социальная обстановка требует от них максимальной адаптации. Для некоторых трудные жизненные ситуации выступают в качестве повода девиантного поведения, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

В концепции жизнестойкости С. Мадди рассматривается индивидуально-личностный, смысловой контекст саморегуляции. Жизнестойкость оказывается 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 установок:

вовлеченности (включенности), контроля и вызова (принятия риска).

Вовлеченность − это важная характеристика в отношении себя, окружающего мира и характера взаимодействия между ними, которая дает силы и мотивирует человека к реализации, лидерству, здоровому образу мыслей и поведению.

 Контроль - представляет собой убежденность человека в том, что от его активных усилий будет зависеть результат происходящего.

Установка  - вызов (принятие риска) помогает человеку оставаться открытым окружающей среде и обществу. Она состоит в восприятии личностью событий жизни как вызова.

С точки зрения Мадди, существуют жизнестойкие люди («с высоким уровнем активации») и не-жизнестойкие (с низким уровнем активации»). Жизненная активность или пассивность формируется с детства на основе научения, воспитания. Жизнестойкость предполагает признание человеком своих реальных возможностей, принятие реальной собственной уязвимости. Жизнестойкость − это база, исходя из которой, перерабатываются стрессовые воздействия, это катализатор поведения, которой позволяет трансформировать негативные впечатления в новые возможности.

Анализ теоретических и методологических основ позволяет  сделать вывод о том, что жизнестойкость − тот фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, это то, что он может изменить и переосмыслить, то, что способствует поддержанию физического, психического и социального здоровья, установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах.

Все компоненты жизнестойкости вполне поддаются диагностике, формированию педагогическими методами и средствами.

**Содержательное описание программы**

**Целью** данной программы является предупреждение девиантного поведения на основе формирования жизнестойкости учеников.

Достижение этой цели ставит перед собой ряд взаимосвязанных **задач**:

- работа с ценностно-смысловой сферой;

- формирование  адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих;  
- развитие коммуникативных способностей;

- обучение способам саморегуляции;

- воспитание культуры поведения в обществе, способствующей их социальной успешности;

- формирование способности соизмерять свои поступки с нравственными ценностями, принятыми в обществе;

- развитие готовности к поиску самостоятельных решений и действиям в ситуациях неопределенности;

- осознание  практического значения знаний, получаемых в процессе занятий;

- формирование у воспитанников активной положительной мотивации к здоровому образу жизни как условию положительной адаптации в социуме.

Программа рассчитана на работу с учениками « группы риска» и детьми, состоящими на профилактическом учете. Срок реализации – 1 год, в ходе которого  последовательно осуществляются три этапа:

1 этап – подготовительно-диагностический, направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости воспитанников тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова). Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни воспитанника девиантогенных обстоятельств  фиксируются в картах. Диагностический этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнестойкости с классными руководителями.

2 этап – формирующий включает в себя 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 воспитанников с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе. Результаты опроса также фиксируются в картах, что позволяет проследить динамику жизнестойкости.

**План по реализации программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № №  п.п. | Содержание и формы деятельности | Метод, форма | Ответственные | примечания |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Диагностический этап.**  **Проведение индивидуальной диагностики каждого воспитанника - участника программы** | | | | |
| 2 | Диагностика | Опрос, наблюдение | Социальный педагог | Тест жизнестойкости Леонтьев, Рассказова |
| 3 | Обработка и анализ результатов диагностики компонентной жизнестойкости | Анализ результатов диагностики учащихся | Социальный педагог |  |
| 4 | Встреча с классными руководителями по результатам диагностики | Индивидуальная беседа | Социальный педагог |  |
| 5 | Встреча с учениками по итогам диагностики | Индивидуальная беседа | Социальный педагог |  |
| **Формирующий этап** | | | | |
| 6. | Индивидуальная консультация с родителями по вопросам детско-родительских отношений | беседа | Социальный педагог |  |
| 7 | Индивидуальная работа с учениками с целью коррекции особенностей поведения, предотвращения агрессивного поведения, межличностных конфликтов | семинар | Социальный педагог |  |
| 8 | Анкетирование учеников:  - «Склонность к вредным привычкам» | анкетирование | Социальный педагог |  |
| 9 | Проведение бесед с учащимися на тему: «Насилие. Не допустить беды» | Беседа | Социальный педагог |  |
| 10 | Проведение профилактических бесед (презентация) с учащимися  о вреде табакокурения, алкоголизма и наркомании | беседа | Социальный педагог |  |
| 11 | Проведение профилактических бесед с учащимися направленные на пропаганду здорового образа жизни, профилактику безнадзорности и правонарушений | беседа | Социальный педагог |  |
| 12 | Проведение профилактических бесед с учащимися   на тему: «Ответственность за уголовные и административные правонарушения» | беседа | Социальный педагог |  |
| 13 | Оформление стенда по профилактике правонарушений, употребления алкогольных напитков и ПАВ, с информацией о службах, оказывающих помощь. |  | Социальный педагог |  |
| 14 | Взаимодействие с педагогами учреждения, КДН и ЗП, ПДН, в решение конфликтных ситуаций, возникающих в процессе работы с учащимися требующими особого педагогического внимания. |  | Социальный педагог |  |
| **Диагностический этап** | | | | |
| 15 | Повторная диагностика уровня развития жизнестойкости воспитанников | Опросы, наблюдения, анализ деятельности | Социальный педагог | Аналогичные методики диагностики, что и на первом диагностическом этапе |
| 16 | Обсуждение результатов повторной диагностики с классными руководителями | Индивидуальные беседы | Социальный педагог |  |