

Утверждаю
Директор МБОУ «Пятницкая СОШ» М.В. Алексеев
2024



**Программа формирования ценностных
ориентаций обучающихся
МБОУ «Пятницкая СОШ»**

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 лица, связанных с риском самоповреждения (суицид).

Актуальность данной Программы по формированию ценности жизни 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, старшеклассники 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 встретится 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.

Специалистами, занимающимися проблемами профилактики и анализа суицидального поведения детей и подростков было выявлено, что современные подростки и юноши испытывают значительные трудности с преодолением стрессовых и других трудных жизненных ситуаций, не знают, куда адресно обратиться за поддержкой по разрешению их важных проблем. Вместе с тем, многие проблемные моменты можно предупредить заранее: сотрудничая педагогическому коллективу с обучающимися и их родителями, делая главные акценты на положительных сторонах жизни всех субъектов образовательного процесса и окружающего их социума. Поэтому, одним из важных направлений системы образования должно стать формирование у обучающихся ценностей жизни, развивая у них навыки совладания с трудными жизненными ситуациями.

В современных образовательных условиях целенаправленное формирование у обучающихся ценностей жизни, 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 в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), педагог-психолог.

Формирование ценностей жизни 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.

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

Вид программы: профилактическая (профилактика суицидального поведения и вредных привычек)

Тип программы: модифицированная

Цель: повышение уровня жизнестойкости обучающихся, профилактика антивиталяного поведения.

Задачи:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков саморегуляции, как стратегии совладающего поведения трудными жизненными ситуациями.
3. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
4. Формирование у обучающихся позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
5. Организация и включение обучающихся в ценностно значимую для них деятельность;
6. Оптимизация эмоционального климата в семье и школе;
7. Повышение компетентности родителей, педагогического коллектива организации работы по формированию жизнестойкости.
8. Создание в школьной среде условий, препятствующих распространению ПАВ, становлению активно отрицающей позиции по отношению к ПАВ большинства учащихся.
9. Формирование культуры здоровья школьников.
10. Создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, повышения качества их жизни.

Программа рассчитана на работу с учащимися 8-16 лет (2-9 классы).

Показателем эффективности (ожидаемыми результатами) программы выступает повышение уровня жизнестойкости обучающихся, что проявляется в сформированности качеств:

1. Уверенность в себе.
2. Независимость, самостоятельность суждений.
3. Стремление к достижениям.
4. Навыки межличностного взаимодействия.
5. Ценностно-смысловые установки, направленные на реализацию волевых действий (мотивация, мысленная постановка цели, сосредоточение на ее исполнении, осмысливание и самоконтроль).
6. Саморегуляция поведения и эмоций.

Отследить динамику повышения жизнестойкости обучающихся 2-9

методика «Дождь в сказочной стране» (Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Б. Кудзилов); тест «Лесенка» (Т.Д. Марценковская); цветоассоциативная методика А.М. Парачева; а в 5-9 классах - тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, Д.И. Рассказова); тест «Самооценка силы воли» (Н.Н. Обозов); методика «Карта риска суицида» (модификация Л.Б. Шнейдер). Оценка результатов определяется посредством повторной диагностики проведенных методик и опроса классных руководителей.

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Качественные:

- высокие показатели в изучении уровня эмоциональной устойчивости;
- повышение уровня толерантности;
- овладение различными приемами снятия эмоционального напряжения.

Количественные:

- повышение количества учащихся со средним и высоким уровнем силы воли;
- отсутствие признаков депрессии у старшеклассников по результатам диагностики;
- рост внутренних ресурсов, адаптивности и стрессоустойчивости обучающихся, участников программы, по результатам итоговой диагностики (по всем показателям - средний уровень).

Формы и методы реализации программы

Классные часы, психологический практикум, походы, 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 компетентности 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 сформированной жизнестойкости в целом и ее компонентов: вовлеченность, принятие решений, контроль.

3. Диагностика тревожности. Методика «Шкала тревожности» направлена на выявление уровня тревожности подростков 13-15 лет. Позволяет определить ситуации, тревожащие подростка: ситуации, связанные со школой, общением с педагогом; ситуации, актуализирующие представление о себе; ситуации общения.

План мероприятий по формированию ценности жизни

| № п/п | Мероприятие | Сроки | Ответственные |
|-----------------------|---|----------|---------------|
| Подготовительный этап | | | |
| 1 | Согласование и утверждение программы по формированию жизнестойкости | До 15.11 | Администрация |
| 2 | Включение вопроса формирования ценности жизни обучающихся в | До 15.11 | Администрация |

| | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|--|
| 3 | Составление планов воспитательной работы в классных коллективах по формированию ценности жизни обучающихся в соответствии с программой общеобразовательной организации | До 15.11 | Замдиректора по УВР, классные руководители |
| Формирующий этап | | | |
| 4 | Организация просветительской работы с родителями (законными представителями) младших школьников, в том числе с использованием интернет-ресурсов | 1 раз в четверть | Замдиректора по ВР, классные руководители |
| 5 | Организация тренинговых занятий в первом классе, а также в классах, где появился новый ученик, в конфликтных классах | По необходимости | Педагог - психолог |
| 6 | Организация и проведение развивающих занятий в рамках внеурочной занятости | В соответствии с планом | Классные руководители, педагог - психолог |
| Диагностический этап | | | |
| 7 | Организация и проведение анализа и оценки результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся | Апрель | Администрация |

**Тематическое планирование
классных часов по формированию ценности жизни у обучающихся:**

| Тема | Содержание | Сроки |
|---|---|---------|
| Начальные классы (2-4) | | |
| Я хочу общаться | Формирование навыков конструктивного общения | ноябрь |
| « Я не такой, как все, и все мы разные» | Развитие коммуникативных навыков у замкнутых детей | декабрь |
| «Расскажи о себе» | Развитие коммуникативных навыков у замкнутых детей | февраль |
| Позитивное общение | Обыгрывание конфликтных ситуаций, их анализ. Обучение приемам конструктивного общения. | апрель |
| 5 класс | | |
| Мои ценности: жизнь, здоровье, время, друзья, семья, успехи | Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Развитие представления о взаимосвязи 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. | декабрь |
| Я - личность и индивидуальность. | Самоанализ подростками сильных и слабых сторон своей личности. Развитие рефлексии. Формирование | март |

| | | |
|---|---|---------|
| 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 актуального полоролевого поведения. Формирование команды, толерантности во взаимоотношениях | май |
| 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. | ноябрь |
| Практикум нестандартных решений в 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). | январь |
| Практикум общения | Формирование понятий: конструктивное (успешное) общение, критика, комплимент, конфликт, этика общения. Обучение способам распознавания уверенного и неуверенного поведения в общении, умения оказать поддержку. Тренировка: уверенного выступления, умения обращения за помощью (на модели игровой ситуации). | март |
| 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) | апрель |
| 7 класс | | |
| Практикум преодоления трудностей. | Формирование умения постоять за себя, отстаивать свои права, сказать «нет»; анализировать ситуации, выявляя свое ошибочное суждение. Индивидуальные приемы психологической защиты и совпадающего поведения в сложных жизненных ситуациях. Информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей | декабрь |
| Практикум общения | Особенности коллективного и индивидуального принятия решения, тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения (на модели игровой ситуации «Презентация группы»). | февраль |

| | | |
|--|--|---------|
| Я - личность! | Осознание 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). | апрель |
| 8 класс | | |
| Практикум общения | Самопрезентация группы. Вопросы-ответы. Предупреждение и разрешение конфликтов. | ноябрь |
| 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. | январь |
| 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). | март |
| 9 класс | | |
| 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. | ноябрь |
| 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? | декабрь |
| Проблемы смысла жизни | Проблемы смысла жизни и счастья - составляющие счастья. Я - в мире сверстников. Я - в мире взрослых. | январь |
| Если в дом пришла беда | Организация и проведение антинаркотических бесед с опекунами и подопечными на темы: «Если в дом пришла беда», «Наркомания и СПИД» | февраль |
| Наркотики - вред | Просмотр тематических видео программ по вопросам профилактики наркомании и СПИДа, пропаганды здорового образа жизни среди молодежи | март |
| Как управлять своими эмоциями | Анализ особенностей общения со сверстниками и их эмоционального сопровождения | апрель |
| Прощай, напряжение! | Что такое напряжение? И как с ним бороться во время сдачи экзаменов? | май |

Тематический план родительских собраний

| № п/п | Мероприятие | Сроки | Ответственные |
|-------|---|---------|-----------------------|
| 1. | «Ценность жизни и ее компоненты» | Октябрь | Педагог - психолог |
| 2. | «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях» | Ноябрь | Классные руководители |
| 3. | «Нравственные ценности семьи» | Декабрь | Классные руководители |
| 4. | «Контакты и конфликты» | Март | Классные руководители |
| 5. | «Общение родителей с детьми-подростками» | Апрель | Классные руководители |
| 6 | «Безопасность ребенка в интернете» | Май | Классные руководители |

Методическое обеспечение программы:

Требования к минимальному материально - техническому обеспечению.

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

Кадровое обеспечение.

Педагогическим работникам, реализующим 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 психокоррекционную 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.