

Утверждаю
Директор МБОУ «Пятницкая СОШ»
М.В. Алексеев
«01» сентября 2023



**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.