Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Ребрихинская средняя общеобразовательная школа»

Ребрихинского района Алтайского края

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Программа по формированию**

**жизнестойкости учащихся**

**«Жизнь в ярких красках»**

**Авторы-составители:**

Карунина Л.В. – заместитель директора по воспитательной работе

Егорова Елена Александровна – педагог-психолог

с.Ребриха

2014 год

Оглавление

1. Информационная карта программы ……………………………………..3
2. Пояснительная записка ……………………………………………………4
3. Нормативно-правовая база программы……………………………………4
4. Кадровое обеспечение программы ………………………………………..6
5. Механизм создания и реализации программы реализации………………9
6. Содержание программы ……………………………………………………11
7. Первый модуль ………………………………………………………………12
8. Второй модуль ………………………………………………………………..17
9. Третий модуль …………………………………………………………………21
10. Четвёртый модуль ……………………………………………………………..22
11. Ожидаемые результаты………………………………………………………..23
12. Способы оценки эффективности программы ………………………………24
13. Список литературы …………………………………………………………..26
14. Приложения …………………………………………………………………….27

**Информационная карта программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Полное название программы**  | **Программа по формированию жизнестойкости учащихся «Жизнь в ярких красках»** |
| **Авторы-составители** | Карунина Л.В. Егорова Е.А.  |
| **Руководитель программы**  | Карунина Лариса Валерьевна |
| **Название проводящего учреждения**  | Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Ребрихинская средняя общеобразовательная школа»  |
| **Адрес организации, телефон**  | 658546, Алтайский край, Ребрихинскийрайон, с.Ребриха, ул. Ленина-1308 (385-82) 22-5-83 |
| **Цель программы** | повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика анти витального поведения. |
| **Сроки реализации**  | Долгосрочная  |
| **Место проведения**  | Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Ребрихинская средняя общеобразовательная школа» |
| **Адресность программы**  |  учащиеся 5-9 классов, родители, педагогический коллектив  |
| **Краткое содержание программы**  | Работа программы строится по четырём модулям: 1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках внеурочной занято­сти, на классных часах)
2. Групповая работа с учащимися «группы риска»
3. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной си­туации
4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей
 |

Пояснительная записка

В современных образовательных условиях целенаправленное формирование у обу­чающихся жизнестойкости, 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), социальные педагоги, педагоги-психологи.

**Жизнестойкость** следует понимать как *системное психологическое свойство*, возникающее у человека вследствие особого сочетания установок и навыков, позволяющих ему превращать проблемные ситуации в новые возможности (С.А.Богомаз, 2008)

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.

Программа направлена на подростков 11-15 лет. Этот выбор обусловлен особенностями подросткового периода, связанного с развитием саморефлексии, становлением индивидуальной и социальной идентичности, повышающим и прояв­ление антивитального поведения (не направленного на жизнь) у подростков ссформи­рованными качествами жизнестойкости (Жезлова,1978, Амбрумова, Вроно, 1980).

Цель программы - повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивитального поведения.

Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных задач:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, по­ведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
3. Формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
4. Организация и включение подростков в ценностно значимую для них деятель­ность.

Нормативно-правовая база программы

* Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30)
* Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ

«Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012, статья 42

* Федеральный закон Российской Федерации № 124-ФЗ

«Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.1998, статья 14

* Федеральный закон Российской Федерации № 120-ФЗ

от 24.06.1999 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»

* Указ Президента Российской Федерации от 01.06.2012 №761 «О национальной стратегии в интересах детей на 2012-2017 годы»
* Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 28.12.2010 №2106. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»
* Письмо Министерства образования Российской Федерации «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» от 26.01.2000 и от 29.05.2003.
* Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.02.2012 № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»
* Письмо Министерства образования Российской Федерации «О суицидальной ситуации среди несовершеннолетних» от №03-03/5556
* План мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011-2015 годы, утв. приказом Минобрнауки России от №2537
* Уголовный кодекс Российской Федерации (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»)
* Административный кодекс Российской Федерации (ст. 164 «О правах и обязанностях родителей»)

Основные принципы программы

***Принцип гуманизации*** – соблюдение прав ребенка, закрепленных законом «Об образовании Российской Федерации», Декларацией прав ребенка, Конвенцией о правах ребенка и др. нормативными документами

***Принцип программно-целевого подхода***предполагает единую систему планирования и своевременное внесение корректив в планы;

***Принцип ценности личности***, заключающийся в самоценности ребенка.

***Принцип уникальности личности***, состоящий в признании индивидуальности ребенка.

***Принцип приоритета личностного развития***, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.

***Принцип ориентации на зону ближнего развития*** каждого ученика.

***Принцип эмоционально-ценностных ориентаций*** учебно-воспитательного процесса.

Кадровое обеспечение программы:

Директор школы

Заместитель директора по воспитательной работе

Классные руководители 5-9 классов

Социальный педагог

Педагог-психолог

**Направления работыучастников реализации программы**

**Классный руководитель**

* Своевременно **выявляет** и **оформляет документы для постановки на внутришкольный профилактический учет**обучающихся, находящихся в социально опасном положении и в трудной жизненной ситуации, а также нуждающихся в индивидуальном психолого-педагогическом подходе.
* Совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом **составляет индивидуальный план работы** по выявлению группа риска по суицидальному поведению обучающихся.
* Осуществляет контроль за жилищно-бытовыми условиями семей находящихся в социально опасном положении, обучающихся находящихся в грудной жизненной ситуации, а также нуждающихся индивидуальном психолого-педагогическом подходе.
* Своевременно **выявляет несовершеннолетних, проживающих у родственников, в других семьях без отсутствия на то законных оснований** (оформление временной опеки). Информирует администрацию образовательной организации, органы опеки и попечительства о данных фактах.
* Систематически организует **посещение на дому**, рейды, обходы с целью выявления несовершеннолетних детей, находящихся в социально опасном положении и в трудной жизненной ситуации, а также нуждающихся индивидуальном психолого-педагогическом подходе.
* Осуществляет постоянное **педагогическое наблюдение и контроль** за поведением обучающихся этой категории.
* Своевременно информирует и **привлекает необходимых специалистов** (медицинских работников, социальных работников и органов профилактики) для проведения консультаций с детьми и жителями, оказания им адресной помощи.
* **Информирует учителей-предметников** о детях, нуждающихся виндивидуальномпсихолого-педагогическом подходе и проводит совместное наблюдение за психоэмоциональным состоянием, поведением несовершеннолетних.

**Социальный педагог**

* Подробно **изучает социально-педагогические характеристики** классов и индивидуальные характеристики обучающихся, подготовленные классным руководителем при составлении социального паспорта образовательной организации, **проводит собеседования** с классными руководителями.
* Совместно с педагогом-психологом и классным руководителем **составляет индивидуальный план работы** по выявлению группы риска по суицидальному поведению обучающихся.
* Участвует в работе методического объединения классных руководителей для своевременного получения информации об учащихся и их семьях **(выявление личностных и семейных проблем).**
* Составляет картотеку учащихся, попадающих в «группу риска» и семей, с которыми необходима постоянная социально-педагогическая и психологическая работа (**социальный патронаж**).
* Использует различные формы работы с родителями в целяхинформирования и просвещения **(родительские собрания, консультирование, анкетирование, родительский лекторий и т.д.).**
* Организует **социально-педагогическое и психологическое сопровождение пострадавшего** и оказание необходимой помощи (коррекция детско-родительских отношений, индивидуальная работа с каждым членом семьи, коррекция особенностей поведения, общения с участниками образовательного процесса, предотвращение агрессивного поведения и межличностных конфликтов и т.д.).
* В системе воспитательной работы школы со всеми участникам образовательного процесса **ведет просветительскуюработу**по предотвращению суицидального поведения подростков.

**Педагог-психолог**

* Проводит **психологическую диагностику** в целях выявления высокой тревожности, депрессивного состояния, дезадаптации и т.п.**Выявляет «группы риска»** по суицидальному поведению cpeди учащихся с целью оказания своевременной и комплексной помощи ребенку в разрешении возникшей сложной ситуации.
* Совместно с классным руководителем, социальным педагогом **составляет индивидуальный план работы** с детьми «группы риска» по суицидальному поведению.
* Проводит **индивидуальные консультаций и коррекционные занятия,** направленные на формирование у учащихся жизненно важных навыков (позитивного отношения к себе и к окружающим, навыков саморегуляции психоэмоционального состояния, разрешать конфликтыи адекватно вести себя в стрессовых ситуациях).
* В целях повышения компетентности и ответственности **информирует родителей, проводит практикумы и тренинги** (родительские собрания, консультирование, анкетирование, родительский лекторий и т.д.)
* Оказывает **психологическую помощь ребенку**, не оставляет его одного, без наблюдения взрослых до разрешения ситуации и приведения ребенка в адекватное психологическое состояние.
* Распространяет российские, краевые **«Телефоны доверия»** горячей линии.

**Учителя-предметники**

* **Информируют классного руководителя** о выявленных психоэмоциональных состояниях, поведении обучающихся, **реализуют индивидуальный подход**, учитывая возрастные особенности, создают безопасную атмосферу в группе.
* Осуществляют постоянное **педагогическое наблюдение** (контроль) за поведением обучающихся этой категории во время учебного процесса.
* Разрабатывают и **внедряют** в образовательные программы **программы**, направленные на формирование у детей и подростков коммуникативных навыков, позитивного отношения к себе и к окружающим, навыков саморегуляции психоэмоционального состояния, умения разрешать конфликты и адекватно вести себя в стрессовых ситуациях.
* О**существляют информационно-просветительскую деятельность** конференции, деловые игры, проектная деятельность) на темы особенностей подросткового возраста, психологии отклоняющегося поведения среди детей и подростков, причинах и признаках подростковых суицидов, неформальных молодежных течений, взаимодействия с семьей и др.). Желательно использование совместных форм деятельности (педагоги-учащиеся, педагоги-родители, сверстник-сверстнику).

Механизм создания и реализации программы

|  |
| --- |
| I. Подготовительный этап |
| Администрация | 1. **Издает локальные нормативные акты**, регламентирующие дея­тельность педагогических работников по формированию жизне­стойкости обучающихся;
2. **Включает в план ВР** раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся»;
3. Организует **проведение методических семинаров**, (педагогиче­ских советов) по организационно-содержательным вопросам фор­мирования жизнестойкости обучающихся в образовательной орга­низации педагогическими работниками
 |
| Классный руково­дитель | 1. **Заполняет бланк** методики «Шкала социальной компетентности обучающегося», **составляет профиль**сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе;
2. **Определяет направления ВР** 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 (при наличии)
 |
| Педагог-психолог | 1. **Разрабатывает цикл занятий** по формированию жизнестойкости, утверждает учебно-тематический план занятий (при наличии фа­культативных занятий, элективных курсов, уроков психологии);
2. **Определяет группу подростков**, оказавшихся в трудной жизнен­ной ситуации исходя из проведённых классным руководителем методик: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода ро­дителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся (воспитанники) без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обраще­ние, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направлен­ности;
3. Проводит **консультирование родителей** (законных представите­лей) данной группы подростков, получает письменное разрешение (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы;
4. **Проводит диагностику** личностного развития детей подростково­го возраста (Прихожан А. М.) с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (приложение 1 к методическим рекомендациям) (при наличии письменного разрешения родителей (за­конных представителей);
5. **Составляет** учебно-тематический **план индивидуальных (группо­вых) занятий** с подростками группы риска и утверждает его руко­водителем образовательной организации-
 |
| II. 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** (законными представителями) 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 пятых, девятых классах**, в «сборных» вновь созданных классах, а также в классах, где появился новый ученик, в конфликтных классах (по мере необ­ходимости);
2. **Проводит индивидуальные** (групповые) коррекционно­развивающие**занятия** по формированию совпадающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации;
3. Проводит **элективный курс** (факультатив) для обучающихся по формированию жизнестойкости (при наличии);
4. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей);
5. Осуществляет **методическое сопровождение классных руководи­телей** по организации ими работы в классах, направленной на фор­мирование жизнестойкости
 |
| Социальный педа­гог | Осуществляет **социальный патронаж**обучающихся, находящихся в социально опасном положении, на учете в КДНиЗП, ПДН |
| III. Мониторинг |
| Администрация | 1. Осуществляет **анализ и оценку результатов** школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2014-2015 учебном году в соответствии с показателями эффективности;
2. Осуществляет **планирование работы на 2015-2016** учебный год;
3. Организует **обсуждение результатов** работы с родителями (за­конными представителями) 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» (приложение 2)**составляет профиль** сформированных качеств жизнестойкости в классном коллективе по итогам 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 2014-2015 учебном году в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией школы);
3. **Планирует мероприятия** по повышению психолого­педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей), собственную работу **на следующий учебный год** с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обу­чающихся
 |

**Содержание программы**

Гибкость моделирования программы

Программа формирования жизнестойкости учащихся «Жизнь в ярких красках» является долгосрочной. С каждым годом предполагается совершенствование программы с учетом конкретной ситуации в школе, стремительного развития общественных отношений, технического прогресса, появления новых механизмов диагностики и коррекции.

Каждый год планируется привлекать к участию в реализации программы новых интересных людей, специалистов, которые внесут в проект свои коррективы и новые идеи. Также из года в год, накапливая опыт работы, мы приобретаем неоценимый жизненный материал для создания наиболее интересных мероприятий и расширения форм и методов работы с несовершеннолетними.

Программа по формированию жизнестойкости «Жизнь в ярких красках» является долгосрочной и включает в себя совокупность деятельности всех участников образовательного процесса, поэтому вся работа по программе выстраивается по четырём модулям:

Содержание первого модуля

 «Профилак­тическая работа в классных коллективах в рамках внеурочной занятости, на класс­ных часах»

Мероприятия этого модуля направлены на решение следующих **задач:**

* формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, пове­дение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
* формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности иличности других людей.

Мероприятия этого блока реализуются с учётом **механизма разви­тия психологических структур подростка**, позволяющих превращать проблемные ситуа­ции в новые возможности:

* показать возможностиподростка,
* помочь их осмыслить,
* выбратьименно для себя должное,
* сформулировать цель,
* организовать деятельностьв выбранном направ­лении.

Рекомендуемая 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

|  |  |
| --- | --- |
|  | Содержание работы с учащимися |
| 5-6 класс | познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, самовоспитание |
| 7-9 класс | целесообраз­но учитывать потребность взрослеющих подростков в избирательности общения, их эмо­циональную ранимость, потребность в признании и стремление к самоутверждению |

**Условия успешности профилактической работы** в классных коллективах:

* + системный характер,
	+ диалоговое взаимодействие,
	+ безоценочное принятие личности подростков,
	+ отсутствие назидательности со стороны педагога.

**Содержание классных часов**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Тема | Содержание | Кол-вочасов |
| «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 актуального полоролевого поведения. 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.Жизнестойкий человек. Как им стать?  | 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 |
| Практикумобщения | Формирование понятий: конструктивное (успешное) обще­ние, критика, комплимент, конфликт, этика общения. Обуче­ние способам распознования уверенного и неуверенного по­ведения в общении, умения оказать поддержку. Тренировка: уверенного выступления, умения обращения за помощью (на модели игровой ситуации). | 1-2 |
| Практикумнестандартныхрешений втрудныхжизненныхситуациях | 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 |
| Практикумобщения | Особенности принятия индивидуального и коллективного решения. Тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения (на моде­ли игровой ситуации «Презентация группы»). | 1-2часа |
| Разработка и управление социальным проектом | Формирование навыков конструктивного общения, умений принятия коллективного решения. Формирование и сплочение команды, коррекция социометрического статуса, взаимотношений, неадекватной самооценки. | 1-2 |
| Практикумпреодолениятрудностей. | 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! | 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). | 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 |
| Практикумобщения | Самопрезентация группы. Вопросы-ответы. Предупреждение и разрешение конфликтов. | 1-2 |
| Практикумсаморегуляции | Способность человека к адаптации в сложных жизненных си­туациях. Последствия воздействия стресса на организм, воз­можности эффективно противостоять 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** |
| Жизнь пособственномувыбору | 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 |

**Содержание второго модуля**

**Групповые занятия с учащимися «группы риска»**

Содержание занятий элективного курса направлено 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.

Программа элективного курса построена на основе программы «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» для подростков 7-9 классов С.В. Книжниковой и программы психологической помощи подросткам «Поверь в себя» Ю.Н. Зариповой и направлена на формиро­вание навыков совладающего поведения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | Название тем  | Кол-во часов | **Структура занятия** |
|  | **ЛИЧНОСТНЫЙ БЛОК****Представление о самом себе, или самоидентификация**. |
| 1 | Добро пожаловать в группу | 1 | Беседа, вырабатывание правил, анкетирование. |
| 2 | Работа с именем | 1 | Приветствие, энергизатор «Снежный ком». Интерактивная игра «Имя мое…», сочинение-рассуждение. Рефлексия занятия. |
| 3 | Наши особенности | 1 | Приветствие, энергизатор «Букет».Интерактивная игра «Если бы я был цветком».упражнение «Орехи». Обсуждение работ. Рефлексия занятия. |
| 4. | «Я – подросток» | 2 | Приветствие, энергизатор «С чем пожаловали?».Информация об особенностях подросткового периода.Игра «Чтобы выжить» на осмысление личных психологических зонах риска подросткаРефлексия занятия. |
| 5. |  «Я – это я. И это замечательно» | 1 | Приветствие, энергизатор «Встреча». Интерактивная игра «Футболка с надписью». «Двадцать я». Релаксация «Полет белой птицы». Упражнение «Легкие пути ведут в тупик». Рефлексия занятия |
| 6. | «Я горжусь …»  | 1 | Приветствие. Энергизатор «Ревущий мотор». Интерактивная игра «Я горжусь».Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» Упражнение «Комплименты». Рефлексия занятия. |
| 7. | Доверие в жизни человека. | 1 | Приветствие Энергизатор «Бабушка из Бразилии».Упражнение «Тест на доверие»Упражнение «Паровозики»Упражнение «Только вместе»Упражнение «Скульптура недоверия - доверия»Рефлексия занятия. |
| 8. | Как справиться с гневом? | 2 | Приветствие. Энергизатор «Доброе животное»Беседа о чувствах и эмоциях. Упражнение «Цвет моего настроения»Упражнение «Имена чувств»Работа с притчей «О змее»Упражнение «Выставка»Упражнение «Эмоции в моем теле»Упражнение «Место покоя» |
| 9 | «Преодолеваем страхи» | 2 | Приветствие. Энергизатор «Театр Кабуки».Беседа о страхах. Упражнение «Рисунок страха»Упражнение «Способы преодоления страха»Упражнение «Морское царство» |
| 10 | Основы саморегуляции | 2 | Приветствие. Энергизатор.Беседа о важности саморегуляции.Упражнение «Аукцион» Знакомство с техниками мышечного расслабления. Упражнение «Чувство прекрасного»Рефлексия занятия. |
|  | РАЗВИТИЕ РЕФЛЕКСИИ, ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ И СПОСОБНОСТИ К ЦЕЛЕПОЛАГАНИЮ |
| 11 | Уверенность и неуверенность в себе | 2 | Париветствие. Энергизатор «Общий счет»Упражнение «Уверенность и неуверенность в себе»Упражнение «Сила языка»Упражнение «Уверенный – неуверенный = грубый»Упражнение «Сильные стороны»Рефлексия занятия. |
| 12. | Проблема как друг | 2 | Приветствие. Энергизатор «Фруктовый салат»Беседа. Упражнение «Диалог со своим мозгом». Упражнение «Воздушный шарик».Упражнение «Внушение»Упражнение «Минута молчания»Упражнение «Шаги к успеху»Рефлексия занятия. |
| 13. | Формулирование целей» | 1 | Приветствие. Энергизатор «Постройтесь по …». Интерактивная игра «Я в будущем». Рефлексия занятия. |
| 14. | Главные цели и определение временных границ | 2 | Приветствие. Энергизатор «Вертолет»Упражнение «Перевоплощение»Упражнение «Главные цели и определение временных границ»Рефлексия занятия. |
| 15. | Оценка ресурсов и препятствий | 1 | Приветствие. Энергизатор «У дяди Абрама…»Упражнение «Перевоплощение»Упражнение «Оценка ресурсов и препятствий»Рефлексия занятия. |
| 16. | Продвижение к цели | 1 | Приветствие. Энергизатор «Меняющаяся комната». Ролевая игра «Продвижение к цели». Обсуждение. Упражнение «Браво». Рефлексия занятия. |
| 17. | «Ценить настоящее» | 1 | Приветствие. Энергизатор 2Водушный шарик».Беседа о смысле жизни.Прослушивание и обсуждение рассказа.Рефлексия занятия. |
| 19. | Если бы я был творцом.  | 1 | Приветствие. Энергизатор «Пробейся сквозь рад». Игра «Цепочка ценностей»Игра - презентация «Заповеди». Обсуждение. Упражнение «Если бы я был творцом». Рефлексия занятия. |
| 20 | Пирамида жизни | 1 | Приветствие. Энергизатор «Письмо». Обсуждение домашнего задания «Ценности и символы». Интерактивная игра «Пирамида жизни». Рефлексия занятия. |
| 21 | Жизнь по собственному выбору | 2 | Приветствие.Энергизатор «Снежный ком»Упражнение «Рыба для размышленияКоллаж «Мой герб»Упражнение «А что дальше?»Рефлексия занятия. |
|  | ВСЕГО | 27 |  |

**Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной си­туации**

**(6-10 час)**

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 может быть беседа, которая проводится по следующим этапам:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы беседы | Главные задачи этапа | Используемые приемы |
| Начальный этап | Установление эмоционального контакта с собеседником, взаимо-отошений 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» |
| Заключительныйэтап | Окончательное формулирование плана деятельности; активная психологическая поддержка | «Логическая аргументация», «Рациональное внушение уверенности» |

Имеющийся набор психокоррекционных техник и методов, упражнений подходит как для детей, так и подростков. Он направлен на 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, обучение методам само­регуляции.

**Психокоррекционные техники**

Работа с песком. Это методы релаксации: рисование на песке под спокойную гармоничную музыку, просто манипуляции песком под музыку. В плане психокоррекции возможно создание в песочнице различных ситуаций с помощью игрушек и мелких предметов с последующим анализом, осознанием и изменением.

Методы арт-терапии используются для работы со страхами, гневом и прочими негативными эмоциональными состояниями.

Работа с мандалой в целях гармонизации внутреннего психоэмоционального состояния – рисование мандал. Создание из подручного материала, разукрашивание мандал.

Обучение приемам релаксации и снятия напряжения проходит в сенсорной комнате под релаксационную музыку с применением приемам ароматерапии. Применяются такие виды техник как визуализация, визуальльно-релаксационные упражнения, телесно-ориентированые упражнения.

**В индивидуальной работе** могут быть использованы проективные техники « «Дождь в сказочной стране», «Карта сказочной страны», психотехники переживания прошлого и другие.

В целях развития рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию могут быть использованы упражнения «Письмо крестнику». «Пирамида жизнии», «Одиннадцать заповедей», «Продвижение к цели» (К.Фопель); упражнения «Образ жизненного пути», «Прожить месяц», «Продумайте свои жизненные планы» и т.д.

Для организации психокоррекционной работы с учащимися по переживанию **травматиче­ского** события используется метод ДРИ (диалогическое рассказывание историй) О. Хухлаева по работе с травматическим стрессом в экзистенциональном подходе.

**Содержание четвёртого модуля**

**«Повышение психолого-педагогической компетентности**

 **педагогов и родителей»**

**4-8 час**

Работа по формированию жизнестойкости должна вестись в школе всем педагогическим коллективом. Классный руководитель, педагог-психолог, социальный педагог и учитель-предметник работают в тесном взаимодействии, выполняя при этом каждый свои профессиональные обязанности.

Организация взаимодействия педагогов по раннему выявлению группы риска по суицидальному поведению среди учащихся предполагает следующее распределение обязанностей в педагогическом коллективе:

**Тематика педагогических советов, совещаний, МО классных руководителей**

|  |  |
| --- | --- |
| Сроки проведения  | Тематика и форма проведения |
| Ноябрь  | Педагогический совет «Разработка программы по формированию жизнестойкости учащихся как одно из направлений воспитательной работы всего педагогического коллектива»  |
| Ноябрь | Индивидуальная консультация классных руководителей по вопросу тестирования учащихся  |
| Ноябрь  | Методическое объединений классных руководителей «Особенности введения программы по формированию жизнестойкости» |
| Январь-февраль  | Административное совещаний «Реализация программы по формированию жизнестойкости через систему классных часов»  |
| Март  | Промежуточный анализ реализации программы по формированию жизнестойкости. Система взаимодействия психолога, классного руководителя, родителей, социального педагога в рамках реализации программы.  |
| Май | Совещания при директоре «Итоги реализации программы «Жизнь в ярких красках»  |

**Примерная тематика классных родительских собраний**

|  |  |
| --- | --- |
| **Класс**  | * **Тематика собраний**
 |
| **5 класс**  | * «Родителям о роли общения в жизни подростка»,
* «Поощрение и наказание в воспитании детей»,
* «Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности»
* «Фабрика звезд» (творческий отчет),
* «Детская агрессия»
 |
| **6 класс**  | * «Как уберечь детей от насилия. Права и обязанности ребенка»,
* «Общение родителей с детьми-подростками» (ролевая игра),
* «Свободное время подростка» (творческий отчет),
* «Роль семьи в воспитании моральных качеств личности»,
 |
| **7 класс**  | * «Контакты и конфликты»,
* «Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия),
* «Нравственные ценности семьи»,
 |
| **8 класс**  | * «Мой ребёнок становится трудным»,
* «Роль взрослых при оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»,
 |
| **9 класс**  | * «В семье растет дочь» (дискуссионная площадка для мам),
* «В семье растёт сын» (конференция отцов),
* «Дети и родители - профессиональный выбор: «За» и «Против» (совместное детско- родительское собрание),
 |

Ожидаемые результаты

Программойпо формированию жизнестойкости учащихся «Жизнь в ярких красках»будут охвачены все учащиеся 5-9 классов МБОУ «Ребрихинская СОШ»

В ходе реализации программы в школе будут созданы условия, чтобы как можно больше положительных качеств личности подростков проявлялось, активизировалось и развивалось.

Внедрение программы «Жизнь в ярких красках» поможет подросткам осознать ценности человеческой жизни, сформировать у школьников позитивную адаптацию к жизни как процесс сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Работа по программе позволит осуществлять социальную и психологическую защиту подростков, позволит снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

*В рамках программы «Жизнь в ярких красках» учащиеся 5-9 классов приобретут жизненно важные навыки:*

* Навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности
* Навыки позитивного общения
* Навыки самооценки и понимания других
* Навыки управления собственными эмоциями
* Навыки адекватного поведения в стрессовых ситуациях
* Навыки продуктивного взаимодействия
* Навыки самостоятельного принятия решений
* Навыки решения проблемных ситуаций
* Навыки работы с информацией
* Навыки творчества

Способы оценки эффективности программы

Эффективность реализации программы будет оцениваться всеми субъектами образования (администрацией, родителями и непосредственно самими учащимися).

В рамках мониторинга эффективности программы по формированию жизнестойкости будут учитываться:

1. результаты анкетирования учащихся;

2. мониторинг суицидальных случаев

3. мониторинг уровня воспитанности

4. мониторинг развития качеств жизнестойкости

5. мониторинг преступности

6. изучение коммуникативных навыков учащихся

Эффективность программы в долгосрочной перспективе

Так как программа «Жизнь в ярких красках» предназначена для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактики антивитального поведения, то учащиеся, прошедшие через данный программу,

* станут более толерантными,
* будут совершать свой жизненный выбор осознанно, учитывая все условия,
* сумеют составить для себя положительную программу дальнейшей жизненной перспективы,
* будут иметь возможность получения дальнейшего образования,
* будут иметь преимущества в самореализации, навыки по созданию и сохранению собственной семьи и воспитанию детей

Таким образом, достигнут относительно устойчивого равновесия в отношениях между собой, другими людьми и миром в целом, что является целью данной программы.

Прогнозируемые риски

1. Многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни)
2. Недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований про­граммы
3. Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) ро­дителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного небла­гополучия).

**Список литературы**

Баева И.А Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002 Бачков П., БитяноваМ.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшекласс­ников.- СПб, 2009.-111 с.

Книжникова С,В, Педагогическая профилактика суицидального поведения поведе­ния на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС-полиграфня», 2009

Особенности формирования жизнестойкости и совладения с трудными жизненны­ми и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних и образовании: методическое посо­бие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Ьарыаул, 2014,- 184 с.

ПрихожанА, М, Диагностика личностного развития детей подросткового возрас­та.- М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

ПрутченковА.ССоцицдьно-психологический тренингв школе.- М.,2001 Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адапта- шш/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб,: «Речь», 2005,- ]7бс

Хухлаева О В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,-207с.

**Приложение 1**

ДИАГНОСТИКА

ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

(Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста. — М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.)

Изучение особенностей Я-концепции

Личностный опросник предназначен для обучающихся 12—17 лет. Дополнения, адаптация и нормирование осуществлены А. М. Прихожан.

Экспериментальный материал.

Бланк методики. На первой странице бланка проставляются сведения об обучающем­ся (фамилия, имя, возраст, пол, класс, дата и время проведения и др.). На следующих страницах представлен текст методики. На последней странице в рамке — место для запи­си оценок и выводов по результатам исследования.

Применяются два варианта бланков — для мальчиков и для девочек.

Порядок проведения.

Методика **проводится фронтально** — с целым классом или группой подростков. По­сле раздачи бланков подросткам предлагается прочитать инструкцию, затем психолог дол­жен ответить на все задаваемые ими вопросы.

После этого подросткам предлагается вы­полнить тренировочные задания.

Затем следует проверить, как каждый из них выполнил задание, точное понимание инструкции, вновь ответить на вопросы.

После этого подрост­ки работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает.

Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции — 25—30 мин.

Обработка и интерпретация результатов.

1. Объединяются ответы «верно» и «скорее верно, чем неверно» рассматриваются вместе (обозначаются в ключах знаком «+»),
2. ответы «скорее неверно, чем верно» и «не­верно» также объединяются (обозначаются в ключах знаком «-»).
3. Выявляется тенденции к социальной желательности ответов.

Ответы по шкале социальной желательности сопоставляются с ключом (см. табл. 1)

Таблица 1.

Шкала социальной желательности

|  |  |
| --- | --- |
| Варианты ответов | Пункты шкалы |
| «+» | 6 | 24 | 25 42 60 | 62 | 72 |
| «-» | 15 | 53 | 83 |  |  |

В тех случаях, когда по этой шкале получено 7 и более баллов, результаты обучаю­щегося могут быть искажены под влиянием сильной тенденции давать социально желатель­ные ответы. В этом случае к результатам, полученным по шкале, следует подходить с ос­торожностью и использовать их только как ориентировочные.

Необходимо провести дополнительное исследование с использованием другого спо­соба получения данных (проективная методика, беседа, наблюдение и т. п.).

Подсчитывается суммарный балл, характеризующий общую удовлетворенность собой, позитивность самоотношения.

 С этой целью результаты испытуемого сопоставля­ются с ключом (таблица 2). Совпадение с ключом — один балл.

|  |  |
| --- | --- |
| Варианты отве­тов | Пункты шкалы |
| «+» | 6 | 24 | 25 42 60 | 62 | 72 |
| «-» | 15 | 53 | 83 |  |  |

Таблица 2.

Ключ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1- | 10.+ | 19.+ | 29.- | 37.+ | 46.+ | 55- | 65.+ | 74.- | 82.+ |
| 2.+ | 11.- | 20.+ | 30.- | 38.- | 47.+ | 56.+ | 66.+ | 75- | 84.+ |
| 3- | 12- | 21.+ | 31.+ | 39.+ | 48- | 57- | 67.- | 76.+ | 85- |
| 4- | 13.+ | 22.- | 32.+ | 40.+ | 49.+ | 58.+ | 68.+ | 77- | 86.+ |
| 5.+ | 14.- | 23.- | 33.+ | 41.+ | 50- | 59.+ | 69.- | 78.+ | 87.- |
| 7- | 16.- | 26.- | 34.+ | 43- | 51- | 61.+ | 70.- | 79.+ | 88.- |
| 8- | 17.+ | 27.+ | 35.- | 44.+ | 52- | 63.+ | 71.+ | 80.+ | 89.- |
| 9.- | 18.+ | 28.+ | 36.- | 45.- | 54.+ | 64.- | 73.- | 81.+ | 90.+ |

Полученный результат записывается в графе «Сб» (сырой балл).

Данные переводятся в стенайны (стандартную девятку), в соответствии с которым определяется уровень самоотношения, выделяется 5 уровней самоотношения — (таблица 3).

Таблица 3.

 Уровень самоотношения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Количество баллов | Стенайн | Уровень |
| 0—19 | 1 | V |
| 20—33 | 2 | IV |
| 34—45 | 3 | III |
| 46—51 | 4 | II |
| 52—57 | 5 |
| 58—62 | 6 | I |
| 63—68 | 7 |
| 69—75 | 8 | III |
| Более 75 | 9 | V |

Стенайн записывается в графе «Ст». Уровень самоотношения — в графе «УС».

Значение уровней самоотношения:

I уровень — очень высокий уровень самоотношения

1. уровень — высокий уровень, соответствующий социальному нормативу
2. уровень — средний уровень самоотношения
3. уровень — низкий уровень, неблагоприятный вариант самоотношения
4. уровень — предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно­высоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самоотношения. Груп­па риска.

Подсчитываются баллы по отдельным факторам (таблица 4). Совпадение с ключом — один балл.

Результаты фиксируются в соответствующих графах.

Таблица 4

|  |  |
| --- | --- |
| Фактор (ключ) | Интерпретация, количество баллов |
| I. Поведение (П):13+ 14- 16-26-27+ 29-38-39+ 64-70­77- 85- 86+ всего 13 пунктов | А/0—4 баллаПодросток рассматривает свое поведение как не соответствующее требованиям взрослых.Б/6—9 балловОбычно свидетельствует о реалистичном отношении к своему по­ведению.В/10—13 балловПодросток оценивает свое поведение как соответствующее требо­ваниям взрослых.Для групп А и В дополнительно полезно выявить отношение к та­кому поведению (оно может характеризовать негативистическое отношение к требованиям — «я веду себя плохо и очень этим дово­лен»). Подросток может переживать из-за того, что продолжает вы­полнять требования взрослых (как маленький), и относится к этому отрицательно, возможны и оценка, соответствующая оценке взрос­лых.Однако следует иметь в виду, что суммарная оценка в общем ключе (табл.1) предполагает, что соответствие требованиям взрослых рас­сматривается подростком как положительная черта. |
| П. Интеллект, поло­жение в школе (И):5+ 10+ 18+ 19+ 23­28+ 30- 34+ 37+ 47+ 54+ 66+ 75- 79+ 80+ всего 15 пунктов | А/0—5 балловНизкая самооценка интеллекта, школьной успешности.Б/6—10 балловСамооценка интеллекта и школьной успешности среднего уровня. В/11—15 балловВысокая самооценка. Самооценку в этой области целесообразно сопоставить с уровнем реальной успешности.Важно также проанализировать отношение подростка к своей школьной успешности. |
| III Интеллект, поло­жение в школе (И):8-11- 13+31+35­50- 56+всего 7 пунктов | А/0—2 баллаПодросток оценивает школьную ситуацию как неблагоприятную. Школа вызывает у него неприязнь, тревогу, скуку.Б/3—4 баллаНейтральное отношение к школе.В/5—7 балловПозитивное восприятие школьной ситуации. Необходимо проана­лизировать причины негативного восприятия школьной ситуации. |
| IV. Внешность, фи­зическая привлекательность, физиче­ское развитие как свойства, связанные с популярностью среди сверстников (В)9- 17+33+44+ 46+ 61+68+ 73- 78+ 82+ 85-всего 11 пунктов | А/0—3 баллаНизкая самооценка внешности, физических качеств. Б/4—7 балловСредняя самооценка.В/8—11 балловВысокаясамооценка.Низкая (а нередко и средняя) самооценка внешности — фактор риска, она может быть причиной низкой общей самооценки подро­стка, его общей неудовлетворенности **собой.** |
| V. Тревожность (Т)4+ 7+ 8+ 11+ 32—41— 43+ 49- 55+ 84- 89+ всего 11 пунктов Следует обратить внимание на то, что знаки в данном случае обратны по отноше­нию к общему ключу (таб. 1) | А/0—4 баллаВысокий уровень эмоционального благополучия, низкий (адаптив­ный) уровень тревожности.Б/5—7 балловСредний уровень тревожности.В/8—11 балловВысокий уровень тревожности. Подростки группы «В» нуждаются в психологической помощи. |
| VI. Общение (О). По­пулярность среди сверстников, умение общаться1-3-7-12- 17+22- 31+37+ 45- 51- 55­56+ 58+ 65+ 66+ 71 + 74- 76+ 78+ всего 19 пунктов | А/0—6 балловНизкая самооценка популярности среди сверстников, умения об­щаться. Свидетельствует о неудовлетворенности потребности в общении у подростка.Б/7—13 баллов Средняя самооценка.В/14—19 балловВысокая самооценка в общении, характеризующая переживание удовлетворенности в этой сфере.Следует сопоставить эти данные с результатами объективного ис­следования положения школьника среди сверстников. |
| VI. Счастье и удов­летворенность (У):2+ 40+ 44+ 50- 57­59+ 67- 88- 90+ всего 9 пунктов | А/0—2 баллаПереживание неудовлетворенности жизненной ситуацией. Б/3—5 балловРеалистичное отношение к жизненной ситуации.В/6—9 балловПолное ощущение удовлетворенности жизнью. |
| VII. Положение в се­мье (С)16- 19+ 29-36-43­67- 70-81 + всего 8 пунктов | А/0—2 баллаПодросток не удовлетворен своим положением в семьеБ/3—5 балловСредняя степень удовлетворенностиВ/6—8 балловВысокая степень удовлетворенности.Низкая степень удовлетворенности ситуацией в семье может рас­сматриваться как фактор риска. |
| VIII. Уверенность в себе5+ 9- 10+ 14- 18+ 20+ 21+28+39+ 40+48­52- 63+ 69- 8- 86+ 87- 90+всего 18 пунктов | А/0—5 балловНеуверенность в себе.Б/6—15 балловСредний уровень уверенности в себе, реалистичная самооценка. В/16—18 балловЧрезмерно высокий уровень уверенности в себе, чаще всего носит компенсаторно-защитный характер. Вместе с тем, особенно у младших подростков может свидетельствовать об инфантильном характере отношения к своим возможностям, недостаточной кри­тичности. В психологической помощи нуждаются как неуверенные в себе, так и чрезмерно уверенные в себе школьники |

**Бланк шкалы Я-концепции**

(вариант для мальчиков)

Фамилия, имя Школа

Возраст Класс

Дата проведения

Время проведения

На следующих страницах приведены высказывания о поведении, мыслях, чувствах человека. Для каждого из них четыре варианта ответа: "ВЕРНО", "СКОРЕЕ ВЕРНО, ЧЕМ НЕВЕРНО", "СКОРЕЕ НЕВЕРНО, ЧЕМ ВЕРНО" и "НЕВЕРНО". Внимательно прочти каждое предложение, подумай, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно опи­сывает тебя, твое поведение, твои качества. Если ты согласен с высказыванием, поставь знак X в графе "ВЕРНО". Если согласен, но не полностью, поставь знак X в графе "ско­рее верно, чем неверно". Если скорее не согласен, поставь знак X в графе "скорее невер­но, чем верно". Если совершенно не согласен, поставь знак X в графе — "НЕВЕРНО".

Не думай долго над ответом. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отве­чая на вопросы, ты просто сможешь рассказать о себе, о том, что ты думаешь и чувству­ешь.

Запомни: нельзя давать на одно предложение несколько ответов, не пропускай предложений, отвечай на все подряд.

Давай потренируемся:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | верно | скорее верно, чем не­верно | скорееневерно,чемверно | неверно |
|  | Я люблю смотреть телевизор |  |  |  |  |
|  | Мой любимый урок — физкультура |  |  |  |  |

Теперь переверни страницу и начинай работать.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | высказывания | верно | скорее верно, чем не­верно | скорее неверно, чем вер­но | не­верно |
|  | Мои одноклассники смеются надо мной |  |  |  |  |
|  | Я счастливый человек |  |  |  |  |
|  | Мне трудно приобретать друзей |  |  |  |  |
|  | Я часто грущу |  |  |  |  |
|  | Я находчивый |  |  |  |  |
|  | Я всегда сдерживаю свои обещания |  |  |  |  |
|  | Я робкий |  |  |  |  |
|  | Я нервничаю, когда учитель вызывает меня к доске |  |  |  |  |
|  | Меня беспокоит моя внешность |  |  |  |  |
|  | Когда я вырасту, я займу важное положение в обществе |  |  |  |  |
|  | Сильный страх на контрольных, тестах и экзаме­нах мешает мне хорошо выполнять задания |  |  |  |  |
|  | Сверстники не уважают меня, не считаются со мной |  |  |  |  |
|  | Я хорошо веду себя в школе |  |  |  |  |
|  | Если что-то происходит не так, я обычно сам ви­новат |  |  |  |  |
|  | Я часто сплетничаю |  |  |  |  |
|  | Родителей огорчает мое поведение |  |  |  |  |
|  | Я сильный |  |  |  |  |
|  | У меня много хороших идей |  |  |  |  |
|  | Дома считают, что я умный, прислушиваются к моему мнению |  |  |  |  |
|  | Обычно я люблю все делать по-своему |  |  |  |  |
|  | У меня умелые руки |  |  |  |  |
|  | Я легко уступаю другим |  |  |  |  |
|  | Я плохо учусь |  |  |  |  |
|  | Я всегда говорю только правду |  |  |  |  |
|  | Я никогда не раздражаюсь и не сержусь |  |  |  |  |
|  | Я часто поступаю плохо |  |  |  |  |
|  | Я умею владеть собой |  |  |  |  |
|  | Я сообразительный |  |  |  |  |
|  | Дома я плохо себя веду |  |  |  |  |
|  | Обычно я долго сижу над домашними задания­ми, и все равно не могу доделать их до конца |  |  |  |  |
|  | Я пользуюсь авторитетом в классе |  |  |  |  |
|  | Я обычно совершенно спокоен |  |  |  |  |
|  | У меня красивые глаза |  |  |  |  |
|  | Я могу сделать хороший доклад на уроке |  |  |  |  |
|  | В школе мне постоянно хочется спать |  |  |  |  |
|  | Я часто надоедаю брату, сестре, другим близким родственникам |  |  |  |  |
|  | Моим друзьям нравятся мои идеи |  |  |  |  |
|  | Я часто попадаю в неприятные ситуации |  |  |  |  |
|  | Я веду себя так, как считаю правильным |  |  |  |  |
|  | Я удачлив |  |  |  |  |
|  | Я беспокоюсь только тогда, когда для этого есть очень серьезный повод |  |  |  |  |
|  | Я всегда слушаюсь родителей и других взрослых родственников |  |  |  |  |
|  | Мои родители ждут от меня слишком многого, мне трудно будет оправдать их ожидания |  |  |  |  |
|  | Я нравлюсь себе таким, какой я есть |  |  |  |  |
|  | Среди ровесников я нередко чувствую себя лиш­ним |  |  |  |  |
|  | У меня красивые волосы |  |  |  |  |
|  | На уроках я часто сам вызываюсь отвечать |  |  |  |  |
|  | Я хотел бы быть другим |  |  |  |  |
|  | Я хорошо сплю по ночам |  |  |  |  |
|  | Я ненавижу школу |  |  |  |  |
|  | Для совместных прогулок, занятий, игр сверст­ники выбирают меня в последнюю очередь |  |  |  |  |
|  | Я часто чувствую неуверенность в себе, в своих силах |  |  |  |  |
|  | Иногда мне не хочется идти в школу |  |  |  |  |
|  | Я эрудированный человек, я многое знаю и мно­го умею |  |  |  |  |
|  | Я часто сомневаюсь в хорошем отношении ко мне других людей |  |  |  |  |
|  | Мои одноклассники считают, что со мной инте­ресно общаться |  |  |  |  |
|  | Я несчастлив |  |  |  |  |
|  | У меня много друзей |  |  |  |  |
|  | Я веселый |  |  |  |  |
|  | Я никогда не говорю о том, чего не знаю |  |  |  |  |
|  | Я хорошо выгляжу |  |  |  |  |
|  | Я выполняю все советы родителей и других близких взрослых |  |  |  |  |
|  | Я активен, бодр, деятелен |  |  |  |  |
|  | Я часто ввязываюсь в драку |  |  |  |  |
|  | Сверстники-мальчики — уважают меня |  |  |  |  |
|  | Ко мне часто обращаются за советом, интересу­ются моим мнением о чем-либо |  |  |  |  |
|  | Моя семья разочаровалась во мне |  |  |  |  |
|  | У меня приятное лицо |  |  |  |  |
|  | Когда я очень стараюсь что-то сделать, у меня ничего не получается |  |  |  |  |
|  | Дома я ко всем пристаю, всем мешаю |  |  |  |  |
|  | Я всегда впереди, я могу повести за собой дру­гих |  |  |  |  |
|  | Я никогда никому не грублю |  |  |  |  |
|  | Я неуклюжий |  |  |  |  |
|  | Со мной не хотят дружить |  |  |  |  |
|  | Я забываю то, что учил |  |  |  |  |
|  | Я хорошо лажу с людьми |  |  |  |  |
|  | Я легко выхожу из себя |  |  |  |  |
|  | Я нравлюсь девочкам |  |  |  |  |
|  | Я люблю читать |  |  |  |  |
|  | Мне легко учиться хорошо по всем предметам |  |  |  |  |
|  | Мне нравятся мой брат, сестра, другие близкие родственники |  |  |  |  |
|  | У меня хорошая фигура |  |  |  |  |
|  | Нередко я хвастаюсь |  |  |  |  |
|  | Я редко испытываю страх |  |  |  |  |
|  | Я все время что-нибудь разбиваю или ломаю |  |  |  |  |
|  | На меня можно положиться |  |  |  |  |
|  | У меня плохой характер |  |  |  |  |
|  | Я часто думаю о плохом |  |  |  |  |
|  | Мне часто хочется плакать |  |  |  |  |
|  | Я хороший человек |  |  |  |  |

Бланк шкалы Я-концепции

(вариант для девочек)

Фамилия, имя Школа

Возраст Класс

Дата проведения

Время проведения

На следующих страницах приведены высказывания о поведении, мыслях, чувствах человека. Для каждого из них четыре варианта ответа: "ВЕРНО", "СКОРЕЕ ВЕРНО, ЧЕМ НЕВЕРНО", "СКОРЕЕ НЕВЕРНО, ЧЕМ ВЕРНО" и "НЕВЕРНО". Внимательно прочти каждое предложение, подумай, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно опи­сывает тебя, твое поведение, твои качества. Если ты согласна с высказыванием, поставь знак X в графе "ВЕРНО". Если согласна, но не полностью, поставь знак X в графе "ско­рее верно, чем неверно". Если скорее не согласна, поставь знак X в графе "скорее невер­но, чем верно". Если совершенно не согласна, поставь знак X в графе — "НЕВЕРНО".

Не думай долго над ответом. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отве­чая на вопросы, ты просто сможешь рассказать о себе, о том, что ты думаешь и чувству­ешь.

Запомни: нельзя давать на одно предложение несколько ответов, не пропускай предложений, отвечай на все подряд.

Давай потренируемся:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | верно | скорее верно, чем не­верно | скорее неверно, чем вер­но | неверно |
|  | Я люблю смотреть телевизор |  |  |  |  |
|  | Мой любимый урок — физкультура |  |  |  |  |

Теперь переверни страницу и начинай работать.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | высказывания | верно | скорее верно, чем не­верно | скорее неверно, чем вер­но | не­верно |
|  | Мои одноклассники смеются надо мной |  |  |  |  |
|  | Я счастливый человек |  |  |  |  |
|  | Мне трудно приобретать друзей |  |  |  |  |
|  | Я часто грущу |  |  |  |  |
|  | Я находчивая |  |  |  |  |
|  | Я всегда сдерживаю свои обещания |  |  |  |  |
|  | Я робкая |  |  |  |  |
|  | Я нервничаю, когда учитель вызывает меня к доске |  |  |  |  |
|  | Меня беспокоит моя внешность |  |  |  |  |
|  | Когда я вырасту, я займу важное положение в обществе |  |  |  |  |
|  | Сильный страх на контрольных, тестах и эк­заменах мешает мне хорошо выполнять зада­ния |  |  |  |  |
|  | Сверстники не уважают меня, не считаются со мной |  |  |  |  |
|  | Я хорошо веду себя |  |  |  |  |
|  | Если что-то происходит не так, я обычно сама виновата  |  |  |  |  |
|  | Я часто сплетничаю |  |  |  |  |
|  | Родителей огорчает мое поведение |  |  |  |  |
|  | Я обаятельная |  |  |  |  |
|  | У меня много хороших идей |  |  |  |  |
|  | Дома считают, что я умная, прислушиваются к моему мнению |  |  |  |  |
|  | Обычно я люблю все делать по-своему |  |  |  |  |
|  | У меня умелые руки |  |  |  |  |
|  | Я легко уступаю другим |  |  |  |  |
|  | Я плохо учусь |  |  |  |  |
|  | Я всегда говорю только правду |  |  |  |  |
|  | Я никогда не раздражаюсь и не сержусь |  |  |  |  |
|  | Я часто поступаю плохо |  |  |  |  |
|  | Я умею владеть собой |  |  |  |  |
|  | Я сообразительная |  |  |  |  |
|  | Дома я плохо себя веду |  |  |  |  |
|  | Обычно я долго сижу над домашними зада­ниями, и все равно не могу доделать их до конца |  |  |  |  |
|  | Я пользуюсь авторитетом в классе |  |  |  |  |
|  | Я обычно совершенно спокойна |  |  |  |  |
|  | У меня красивые глаза |  |  |  |  |
|  | Я могу сделать хороший доклад на уроке |  |  |  |  |
|  | В школе мне постоянно хочется спать |  |  |  |  |
|  | Я часто надоедаю брату, сестре, другим близ­ким родственникам |  |  |  |  |
|  | Моим друзьям нравятся мои идеи |  |  |  |  |
|  | Я часто попадаю в неприятные ситуации |  |  |  |  |
|  | Я веду себя так, как считаю правильным |  |  |  |  |
|  | Я удачлива |  |  |  |  |
|  | Я беспокоюсь только тогда, когда есть очень серьезный повод для этого |  |  |  |  |
|  | Я всегда слушаюсь родителей и других взрос­лых родственников |  |  |  |  |
|  | Мои родители ждут от меня слишком много­го, мне трудно будет оправдать их ожидания |  |  |  |  |
|  | Я нравлюсь себе такой, какая я есть |  |  |  |  |
|  | Среди ровесников я нередко чувствую себя лишней |  |  |  |  |
|  | У меня красивые волосы |  |  |  |  |
|  | На уроках я часто сама вызываюсь отвечать |  |  |  |  |
|  | Я хотела бы быть другой |  |  |  |  |
|  | Я хорошо сплю по ночам |  |  |  |  |
|  | Я ненавижу школу |  |  |  |  |
|  | Для совместных прогулок, занятий, игр свер­стники выбирают меня в последнюю очередь |  |  |  |  |
|  | Я часто чувствую неуверенность в себе, в сво­их силах |  |  |  |  |
|  | Иногда мне не хочется идти в школу |  |  |  |  |
|  | Я эрудированный человек, я многое знаю и умею  |  |  |  |  |
|  | Я часто сомневаюсь в хорошем отношении ко мне других людей |  |  |  |  |
|  | Мои одноклассники считают, что со мной ин­тересно общаться |  |  |  |  |
|  | Я несчастлива |  |  |  |  |
|  | У меня много друзей |  |  |  |  |
|  | Я веселая |  |  |  |  |
|  | Я никогда не говорю о том, чего не знаю |  |  |  |  |
|  | Я хорошо выгляжу |  |  |  |  |
|  | Я выполняю все советы родителей и других близких взрослых |  |  |  |  |
|  | Я активна, бодра, деятельна |  |  |  |  |
|  | Я часто ввязываюсь в ссоры, перебранки |  |  |  |  |
|  | Сверстницы уважают меня |  |  |  |  |
|  | Ко мне часто обращаются за советом, интере­суются моим мнением о чем-либо. |  |  |  |  |
|  | Моя семья разочаровалась во мне |  |  |  |  |
|  | У меня приятное лицо |  |  |  |  |
|  | Когда я очень стараюсь что-то сделать, у меня ничего не получается |  |  |  |  |
|  | Дома я ко всем пристаю, всем мешаю |  |  |  |  |
|  | Я всегда впереди других я могу повести за со­бой |  |  |  |  |
|  | Я никогда никому не грублю |  |  |  |  |
|  | Я неуклюжая |  |  |  |  |
|  | Со мной не хотят дружить |  |  |  |  |
|  | Я забываю то, что учила |  |  |  |  |
|  | Я хорошо лажу с людьми |  |  |  |  |
|  | Я легко выхожу из себя |  |  |  |  |
|  | Я нравлюсь мальчикам |  |  |  |  |
|  | Я люблю читать |  |  |  |  |
|  | Мне легко учиться хорошо по всем предметам |  |  |  |  |
|  | Мне нравятся мой брат, сестра, другие близ­кие родственники |  |  |  |  |
|  | У меня хорошая фигура |  |  |  |  |
|  | Нередко я хвастаюсь |  |  |  |  |
|  | Я редко испытываю страх |  |  |  |  |
|  | Я все время что-нибудь разбиваю или ломаю |  |  |  |  |
|  | На меня можно положиться |  |  |  |  |
|  | У меня плохой характер |  |  |  |  |
|  | Я часто думаю о плохом |  |  |  |  |
|  | Мне часто хочется плакать |  |  |  |  |
|  | Я хороший человек |  |  |  |  |

**Приложение 2**

Диагностика социальной компетентности обучающегося

(для родителей (законных представителей) и / или классных руководителей)

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.

*Экспериментальный материал.*

Бланк методики. На первой странице бланка проставляются сведения об обучающем­ся (фамилия, имя, возраст, пол, класс, дата и время проведения и др.), указываетсякем дана оценка социальной компетентности подростка.

*Порядок проведения.*

Методика проводится людьми, хорошо знающими подростка (родителями, дру­гими взрослыми родственниками, лицами, заменяющими родителей, педагогами).

Для оценки используется трехбалльная шкала:

**1 балл**-обучающийся полностью владеет указанным навыком, умением, ему свойст­венна указанная форма поведения

1. **балла** - владеет ими отчасти, проявляет время от времени, непостоянно
2. **балла** - не владеет

**В графе «Примечания»** можно записать ответ, указать другие сведения (латентное время, эмоциональную реакцию респондента и т. п.).

Заполнение шкалы длится от 20 до 40 мин.

*Обработка результатов*

1. Путем суммирования баллов по всем пунктов подсчитывается общий балл социальной компетентности. Полученный результат сопоставляется с показателями социаль­ного возраста (СВ) в соответствии с полом подростка **(таблица 1).**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Группа | Количествобаллов | Социальныйвозраст | Группа | Количествобаллов | Социальныйвозраст |
| Девочки | 102—108 | 9 | Мальчики  | 95—108 | 9 |
| 96—101 | 10 | 88—94 | 10 |
| 89—95 | 11 | 81—87 | 11 |
| 82—88 | 12 | 74—80 | 12 |
| 75—81 | 13 | 67—73 | 13 |
| 70—76 | 14 | 62—66 | 14 |
| 63—69 | 15 | 57—61 | 15 |
| 56—62 | 16 | 50—56 | 16 |
| 49—36 | 17 | 43—36 | 17 |

2. Вычисляется коэффициент социальной компетентности (СК) по формуле:

СК=(СВ-ХВ)0,1 где:

СК — коэффициент социальной компетентности

СВ — социальный возраст (опреде­ляется по таблице 1)

ХВ — хронологический возраст

В соответствии с ключом (таблица 2) вычисляется балл по каждой субшкале.

Таблица 2.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Субшкала | Шифрсуб­шкалы | Пункты |
|  | Самостоятельность | С | 2 | 8 | 16 | 20 | 31 | 36 |
| 2. | Уверенность в себе | У | 1 | 13 | 19 | 22 | 27 | 33 |
| 3. | Отношение к своим обязанностям | Об | 6 | 10 | 24 | 26 | 28 | 35 |
| 4. | Развитие общения | О | 4 | 12 | 15 | 23 | 30 | 34 |
| 5. | Организованность, развитие произволь­ности | п | 3 | 9 | 14 | 17 | 29 | 32 |
| 6. | Интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными тех­нологиями | и | 5 | 7 | 11 | 18 | 21 | 25 |

4. Полученные данные сопоставляются с показателями социального возраста по каж­дой шкале в соответствии с полом школьника (таблица 3). В том случае, если данные по возрастам совпадают, для вычисления берется возраст, ближайший к хронологическому возрасту подростка.

Таблица 3

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Субшкала | Девочки  | Мальчики  |
| Баллы | Социальныйвозраст | Баллы | Социальныйвозраст |
| Самостоятельность | 15—18 | 9—11 | 17—18 | 9—10 |
| 13—14 | 12—13 | 15—16 | 11—12 |
| 10—12 | 14 | 12—14 | 13—14 |
| 7—9 | 15—16 | 9—11 | 15 |
| 6 | 17 | 6—8 | 16—17 |
| Уверенность в себе | 16—18 | 9—11 | 15—18 | 9—10 |
| 12—15 | 12 | 12—14 | 11 |
| 11 | 13 | 10—11 | 12 |
| 8—10 | 14—15 | 7—9 | 13—14 |
| 6—7 | 16—17 | 6 | 15—17 |
| Отношение к своим обязанностям | 10—18 | 9—12 | 15—18 | 9—11 |
| 8—9 | 13—15 | 12—14 | 12—14 |
| 6—7 | 16—17 | 8—11 | 15—16 |
| — | — | 6—7 | 17 |
| Развитие общения | 17—18 | 9 | 13—18 | 9—10 |
| 15—16 | 10—11 | 10—12 | 11—12 |
| 12—14 | 12—13 | 7—9 | 13—15 |
| 9—11 | 14—16 | 6 | 16—17 |
| 6—8 | 17 | — | — |
| Организованность, развитие произвольности | 15—18 | 9—11 | 11—18 | 9—10 |
| 12—14 | 12—13 | 10—12 | 11—12 |
| 9—11 | 14—15 | 7—9 | 13—14 |
| 6—8 | 16—17 | 6 | 15—17 |
| Интерес к социальной жизни | 17—18 | 9—10 | 14—18 | 9—11 |
| 15—16 | 11 | 9—13 | 12—14 |
| 10—14 | 12—13 | 6—8 | 15—17 |
| 8—9 | 14—15 | — | — |
| 6—7 | 16—17 | — | — |

1. Вычисляется коэффициент социальной компетентности (СК) по каждой субшкале по формуле:

 СК=(СВ-ХВ) 0,1 где:

СК — коэффициент социальной компетентности в соответствующей сфере

СВ — социальный возраст (определяется по таблице 3)

ХВ — хронологический возраст

*Интерпретация результатов.*

Если беседа проводится с самим подростком, то данные оцениваются с точки зрения самооценки социальной компетентности, если с хорошо знающими подростка людьми — как экспертная оценка социальной компетентности.

Коэффициент социальной компетентности (и по шкале в целом, и по отдельным субшкалам) может находиться в интервале от -1 до +1 и интерпретируется следующим образом:

* **0—0,5** — социальная компетентность подростка в целом соответствует его воз­расту (социально-психологический норматив).
* **0,6—0,75** — подросток по уровню социальной компетентности несколько опере­жает своих сверстников.
* **0,76—1** — подросток существенно опережает своих сверстников по уровню соци­альной компетентности, что может свидетельствовать о чрезмерно быстром взрослении как неблагоприятной тенденции развития, а при изучении самооценке о ее нереалистично-завышенном характере.
* **0—(-0,5)** — социальная компетентность подростка в целом соответствует его воз­расту (социально-психологический норматив).
* **(-0,6)—(-0,75)** — отставание в развитии социальной компетентности.
* **(-0,76)—(-1)** — существенное отставание в развитии социальной компетентности.

Данные по отдельнымсубшкалам позволяют качественно проанализировать сферы«опережения» и «отставания» в социальной компетентности и составить соответствующую психолого-педагогическую программу

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Субшкалы | Сырой балл | Социальный возраст |
| 1. Самостоятельность (С) |  |  |
| 2. Уверенность в себе (У) |  |  |
| 3. Отношение к своим обязанностям (Об) |  |  |
| 4. Развитие общения (О) |  |  |
| 5. Организованность, развитие произвольности(П) |  |  |
| 6. Интерес к социальной жизни, наличие увлече­ний, владение современными технологиями (И) |  |  |

**Бланк беседы. Шкала социальной компетентности**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Школа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_

С кем проводится беседа (сам подросток, мать, отец, классный руководитель, учитель, воспитатель, психолог - нужное подчеркнуть,

в случае необходимости - дописать) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата проведения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Время проведения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | Шифр субшкалы | Пункт шкалы | Оценка 1,2,3 | Примечания  |
| **1.** | **У** | Обладает чувством собственного достоинства |   |    |
| **2.** | **С** | Умеет самостоятельно обнаруживать и исправлять свои ошибки |   |    |
| **3.** | **П** | Умеет принимать решения и выполнять их |   |    |
| **4.** | **О** | Имеет друзей-сверстников |   |    |
| **5.** | **И** | Интересуется происходящим в стране и мире |   |    |
| **6.** | **Об** | Ответственно относится к школьным обязанностям |   |    |
| **7.** | **И** | Любит читать |   |    |
| **8.** | **С** | Самостоятельно правильно оценивает качество своей работы |   |    |
| **9.** | **П** | Выполняет намеченное дело до конца |   |    |
| **10.** | **Об** | Следит за своей одеждой, обувью, может полностью ухаживать за собой . |   |   |
| **11.** | **И** | Читает газеты, журналы |   |   |
| **12.** | **О** | Умеет прийти на помощь другому человеку |   |   |
| **13.** | **У** | Проявляет требовательность к себе |   |   |
| **14.** | **П** | Владеет средствами, способами достижения цели |   |   |
| **15.** | **О** | Может самостоятельно познакомиться с незнакомыми сверстниками |   |   |
| **16.** | **С** | Самостоятельно делает покупки, при этом правильно распределяет деньги |   |   |
| **17.** | **П** | Может составить план выполнения задания и придерживаться его |   |   |
| **18.** | **И** | Смотрит новостные программы по телевизору, слушает их по радио |   |   |
| **19.** | **У** | Правильно реагирует на собственные неудачи |   |   |
| **20.** | **С** | Проявляет самостоятельность в выборе друзей, занятий во время досуга |   |   |
| **21.** | **И** | Может использовать компьютер для занятий, получения новой информации |   |   |
| **22.** | **У** | Правильно относится к собственным успехам |   |   |
| **23.** | **О** | Можно полностью довериться, положиться |   |   |
| **24.** | **Об** | Осознает свои затруднения, проблемы, может проанализировать их причины |   |   |
| **25.** | **И** | Умеет находить нужную информацию (в книгах, в Интернете и т. п.) |   |   |
| **26.** | **Об** | Участвует в делах класса, школы |   |   |
| **27.** | **У** | Стремится разобраться в себе, понять свои возможности, способности |   |   |
| **28.** | **Об** | Выполняет повседневную работу по дому |   |   |
| **29.** | **П** | Может работать сосредоточенно, не отвлекаясь |   |   |
| **30.** | **О** | Получает удовольствие от общения со сверстниками |   |   |
| **31.** | **С** | Самостоятельно распределяет свое время |   |   |
| **32.** | **П** | Понимает необходимость правил (поведения, выполнения задания и т. п.) и умеет подчиняться им |   |   |
| **33.** | **У** | Проявляет уверенность в своей способности добиться успеха во взрослой жизни |   |   |
| **34.** | **О** | Умеет согласовывать свои потребности, желания с потребностями окружающих |   |   |
| **35.** | **Об** | Без напоминаний выполняет домашние задания |   |   |
| **36.** | **С** | Может самостоятельно справляться со своими проблемами, трудностями |   |   |

**Профиль сформированности социальной компетенции**

**учащихся \_\_\_\_\_\_\_ класса**

**(на начало реализации программы)**

Дата: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ФИОуч-ся | Само-стоятельность(С) | коэффициент социальной компетентности | Отметка об организации работы с психологом |
| Уверен­ность в себе (У) | Отно­шения к своим обязан­ностям (Об.) | Разви­тиеобще­ния(О) | Органи­зован­ность(П) | Интерес к жизни (И) |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Профиль сформированности социальной компетенции**

**учащихся \_\_\_\_\_\_\_ класса**

(по итогам реализации программы)

Дата: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ФИОуч-ся | Само-стоятельность(С) | коэффициент социальной компетентности | Отметка об организации работы с психологом |
| Уверен­ность в себе (У) | Отно­шения к своим обязан­ностям (Об.) | Разви­тиеобще­ния(О) | Органи­зован­ность(П) | Интерес к жизни (И) |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |