

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
Институт социального образования
Факультет международных отношений и социально-гуманитарных коммуникаций
Кафедра психологии и социальной педагогики

**Подготовка старших подростков к преодолению
сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности**

Выпускная квалификационная работа

Выпускная квалификационная работа
допущена к защите
Зав. кафедрой психологии
и социальной педагогики

дата

М.А. Иваненко,
канд. пед. наук, доцент

Исполнитель:
Стерхова Надежда Николаевна
студентка 41z группы
заочного отделения

дата

подпись

Руководитель ОПОП ВО«44.03.02-
Психолого-педагогическое образование»
Иваненко М.А., канд. пед. наук,
доцент кафедры психологии
и социальной педагогики

дата

подпись

Научный руководитель:
Капустина Н.Г., канд. пед. наук,
доцент кафедры психологии
и социальной педагогики

дата

подпись

Екатеринбург 2017

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Теоретические основы подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности.....	7
1.1. Понятие «сложная жизненная ситуация» в психолого-педагогической и юридической литературе.....	7
1.2. Психолого-педагогическая характеристика старшего подросткового возраста.....	19
1.3. Формы, методы, средства подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности	31
Глава 2.Опытно-поисковая работа по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности на примере МАОУ СОШ №26 г. Екатеринбурга.....	41
2.1. Опыт работы школы по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности.....	41
2.2. Первичная диагностика подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности.....	49
2.3. Программа подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности.....	57
Заключение.....	66
Список использованной литературы.....	69
Приложения.....	76

Введение

Актуальность темы исследования. На сегодняшний день, когда на первый план выдвигается задача модернизации всех сфер жизнедеятельности общества, остаются нерешенным и имеют тенденцию роста ряд социальных проблем. Одна из них – проблема людей, находящихся в сложной жизненной ситуации.

В трудных жизненных ситуациях периодически оказываются или длительное время находятся десятки миллионов людей, взрослых и детей, и отсутствие государственного механизма, способного помочь им решить возникшие проблемы, крайне отрицательно сказывается на психологическом микроклимате, порождает у населения чувство незащищенности и равнодушия государства к своим гражданам, снижает гуманистический потенциал общества.

По данным международной организации «Спасем детей» Российская Федерация находится на 38 месте в мире по индексу благополучия детей, что свидетельствует о наличии в стране детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, нарушающей жизнедеятельность ребенка, которую он не способен преодолеть самостоятельно.

В современном обществе социальное становление старшеклассника проходит в сложных социально-экономических условиях недостаточной социальной эффективности школьного образования и воспитания, ограниченности позитивных сред жизнедеятельности подростка, позволяющих ему чувствовать себя уверенно и не попадать в сложные жизненные ситуации или стараться избегать условий, провоцирующих их, само реализовать в социальной и личностно значимой деятельности.

В современных образовательных организациях главная роль отводится образовательной, нежели социализирующей функции, школа не обеспечивает обучающихся необходимым набором качеств, способствующих их

полноценной интеграции в социуме. Ограниченность деятельности школы обуславливает негативное отношение большинства обучающихся к данному институту воспитания, не дающему ему возможности проявить себя как личность.

Появляется необходимость подготовки подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций. В школах на уроках «Основы безопасности жизнедеятельности» частично затрагивается тема подготовки детей к сложной жизненной ситуации. Рассматриваются сложные жизненные ситуации, связанные с природными, техногенными, экологическими, социальными катаклизмами, но незначительное внимание уделяется таким ситуациям, как психологическая помощь детям для преодоления давления со стороны окружающих, преодоления стрессовых ситуаций; жестокое обращение в семье, и способы их преодоления. Важно сформировать понимание, что является первоочередным в решении проблемы подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации. В результате нет ни одной программы, позволяющей подготавливать старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций. Таким образом, налицо **противоречие**: с одной стороны, в современной жизни наблюдается рост сложных жизненных ситуаций, к преодолению которых подростки должны быть подготовлены, с другой – в общеобразовательной организации не до конца используются возможности внеурочной деятельности для достижения этой цели.

Проблема исследования: каким образом проводить подготовку старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций в школе во внеурочной деятельности?

Все изложенное определило **тему** исследования: «Подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности».

Объект исследования: процесс подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.

Предмет исследования: содержание подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности в школе.

Цель исследования - на основе анализа теоретических и эмпирических данных разработать и обосновать программу подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций, которую можно использовать во внеурочной деятельности в общеобразовательной организации.

Гипотеза исследования: вероятно, подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности в школе, должна обеспечиваться научно обоснованной программой и должна включать в себя следующие компоненты: когнитивный (повышение уровня знаний), деятельностный (применений стратегий выхода из сложных жизненных ситуаций) и рефлексивный компонент (готовность к самооценке своих действий).

Задачи исследования:

1. Проанализировать понятие «сложные жизненные ситуации», представленное в психолого-педагогической и юридической литературе.
2. Дать психолого-педагогическую характеристику старшему подростковому возрасту.
3. Охарактеризовать формы, методы, средства подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.
4. Проанализировать деятельность общеобразовательной организации по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.
5. Провести первичную диагностику старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций. Провести ее на базе опытно поисковой работы.
6. Частично апробировать программу подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности.

Методы исследования: теоретические (анализ, синтез, описание, сравнение, обобщение, классификация); эмпирические (анкетирование,

тестирование, анализ документов, контент-анализ).

Базаисследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 26 г. Екатеринбурга.

Структурарботы: Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, приложений.

Глава 1. Теоретические основы подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности

1.1 Понятие «сложная жизненная ситуация» в психолого-педагогической и юридической литературе

Понятие «сложная жизненная ситуация» в быту имеет достаточно субъективные значения, в зависимости от того, кто в нее попадал, чтобы более объективно понять, что такое «сложная жизненная ситуация» необходимо обратиться к научной литературе и нормативно–правовым источникам, дающим разъяснение для данного понятия. Зачастую понятие «сложная жизненная ситуация» заменяют синонимичным – «трудная жизненная ситуация».

В Федеральном Законе «О государственной социальной помощи», дается следующее определение: «трудная жизненная ситуация – обстоятельство или обстоятельства, которые ухудшают условия жизнедеятельности гражданина, и последствия, которые он не может преодолеть самостоятельно» [55].

В Национальном стандарте Российской Федерации «Социальное обслуживание населения. Термины и определения» трудная жизненная ситуация представлена следующим образом: «... ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина по причинам инвалидности, неспособности к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом или болезнью, безработицы, сиротства, одиночества, безнадзорности, малообеспеченности, конфликтов и жестокого обращения в семье, нарушения законных прав и интересов, отсутствия определенного места жительства и т.д., которую он не может преодолеть самостоятельно» [27].

В научной литературе психолого–педагогической, социологической, философской трудная жизненная ситуация встречается наиболее часто, однако до настоящего времени не пришли к единому, окончательному мнению.

В научной психолого–педагогической литературе сложную жизненную ситуацию рассматривают как социальную нестабильность, обуславливая её как стрессогенную, кризисную, экстремальную, критическую, переломную и неопределенную [47].

Российский психотерапевт Ф.Е. Василюк, изучающий аспекты трудных жизненных ситуаций, дает следующее определение трудной жизненной ситуации: ситуация невозможности, в которой индивид сталкивается с проблемами реализации личных потребностей в своей жизни (мотивов, стремлений, ценностей и т.д.) [6].

Р. Лазарус утверждает, что сложная жизненная ситуация представляет собой несоответствие между тем, что человек желает (сделать, достичь и т.п.), и тем, что он может, оказавшись в данных обстоятельствах и располагая имеющимися у него собственными возможностями. Данное рассогласование препятствует достижению изначально поставленной цели, что влечет за собой возникновение негативных эмоций, служащих значительным индикатором трудности той или иной ситуации для человека [23].

По мнению Л.Г. Рогозиной, трудной жизненной ситуацией называется обстоятельство (совокупность обстоятельств) объективно нарушающее и (или) способное нарушить жизнедеятельность гражданина (семьи, социальной группы), привести в положение, представляющее опасность для жизни и (или) здоровья, затрудняющее и (или) исключаящее возможность реализации гражданином (семьей) прав и законных интересов самостоятельно или с помощью членов семьи [22].

И.Г. Кузина рассматривает общее понятие трудной жизненной ситуации, как «ситуации, объективно нарушающей социальные связи человека с его окружением и условия нормальной жизнедеятельности и субъективно воспринимаемая им как сложная, вследствие чего он может нуждаться в поддержке и помощи социальных служб для решения своей проблемы» [21, с.132].

В глоссарии социальной работы Е.И. Холостовой понятие «трудная жизненная ситуация» определяется как «... ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина, которую он не может самостоятельно преодолеть» [58].

Н.Г. Осуховой рассматривается понятие трудной жизненной ситуации, как ситуация, в которой «в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации ребёнка к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов поведения, выработанных в предыдущие периоды жизни» [30, с.92].

В качестве аналога термина «трудная жизненная ситуация» можно рассматривать используемый в зарубежных научных источниках и программных документах концепт «социальной исключенности» («social exclusion»). Проблема социальной исключенности на сегодняшний день является одной из актуальных на западе. При анализе социальной исключенности рассматриваются различные ее виды также конкретные условия и факторы, влияющие на нее. К видам исключенности относятся такие как: экономическая исключенность; социальная исключенность; индивидуальная исключенность; пространственная исключенность и другие.

Под социальной исключенностью в зарубежной литературе понимается «комплексный и сложный процесс, включающий в себя недостаток ресурсов, прав, доступа к общественным благам и услугам, неспособность участвовать в нормальных взаимоотношениях и деятельности, доступной большинству людей, в том числе в экономической, культурной, социальной и политической деятельности, что влияет на качество жизни индивидов, на равенство и сплоченность общества в целом» [25].

В данной работе мы будем придерживаться следующего определения сложной жизненной ситуации – условия, нарушающие жизнедеятельность человека воздействие которых может привести в положение, представляющее

опасность для его жизни и здоровья, вследствие чего он может нуждаться в поддержке и помощи кого-либо со стороны для решения своей проблемы.

Несмотря на различия в определениях понятия «трудная жизненная ситуация», можно выделить схожие характеристики данного понятия. Данные ситуации [17]:

- возникают в случае неуравновешенности в системе отношений личности и ее окружения или несоответствия между целями, стремлениями и возможностями их реализации и качествами личности;

- являются составной частью процессов социализации;

- предъявляют повышенные требования к способностям и возможностям человека, к его личностному потенциалу;

- нарушают привычный образ жизни человека, стимулируют его активность и ставят перед необходимостью преобразования ситуации.

Следовательно, сложная жизненная ситуация охарактеризуется как несовпадение между желаниями и способностями личности.

Многие специалисты описывают ряд признаков, которые свидетельствуют о наступлении сложной жизненной ситуации [47]:

- нарушение текущей социальной деятельности;

- неадекватность алгоритмов привычного социального поведения;

- неясность перспектив развития событий;

- появление новой системы требований к субъекту; возникновение стресса у человека.

Структура трудной жизненной ситуации включает в себя участников связанных с ней событий; деятельность, которая в ней осуществляется; временные и пространственные аспекты ситуации; ее переживание и интерпретацию объектом жизненной трудности.

В научной литературе сложные жизненные ситуации подразделяют на экстремальные и социальные.

Экстремальные ситуации по критерию происхождения делятся

наприродные, техногенные, и психологические. Максимальная степень каждой из них определяется последствиями для индивида. Человек, находясь в центре каждой из трех типов ситуаций, всегда сталкивается с угрозой жизни или благополучию.

Сложная жизненная ситуация социального характера возникает в социуме, а причиной этой ситуации является только человек. Он сам порождает эти ситуации, переживает их и получает определенный результат [16].

Категория сложных ситуаций включает в себя обширный спектр жизненных (бытовых) ситуаций человека и ситуаций, которые связаны с его деятельностью[1]:

- сложные жизненные ситуации в личной сфере (болезнь, опасность инвалидности или смерти);

- сложные жизненные ситуации, связанные с выполнением молодыми людьми какой-либо задачи (затруднения, противодействие, неудачи);

- сложные жизненные ситуации, связанные с социальным взаимодействием (ситуации «публичного поведения», оценки и критика, конфликты, давление, и т.п.).

Трудные жизненные ситуации можно дифференцировать исходя из уровня или степени их психологической, социальной, бытовой и пр. сложности «... если провести условную прямую линию и на одном полюсе этого континуума поместить ситуации обыденной жизни, на другом – окажутся экстремальные ситуации, т.е. ситуации предельной для человека степени сложности».

И.Г. Кузина классифицирует трудные жизненные ситуации на основе ряда критериев [21]:

- по характеристикам субъекта: индивидуальные, групповые, семейные и иные ситуации;

- по возрастному критерию: ситуации детского, подросткового,

юношеского и др. возраста;

– по психологической реакции на ситуацию: ситуации с адекватной, мобилизующей реакцией и с неадекватной, демобилизующей реакцией;

– по уровню адаптации к ситуации: ситуации с активной, пассивной и приспособленческой адаптацией и т.д.

Некоторые авторы дают классификации трудных жизненных ситуаций по степени участия в них человека:

– трудные жизненные ситуации;

– трудные ситуации, связанные с выполнением какой-либо задачи;

– трудные ситуации, связанные с социальным воздействием.

Существует классификация, разработанная К. Муздыбаевым, Он классифицирует трудные жизненные ситуации по типам трудностей:

– по интенсивности,

– по величине потери или угрозы,

– по длительности (хронические, краткосрочные),

– по степени управляемости событий (контролируемые, неконтролируемые),

– по уровню влияния.

К. Флейк-Хобсоном рассматриваются трудные жизненные ситуации, характерные для детей, и выделяются два основных типа ситуаций повышенного риска.

1. Ситуации, связанные с отсутствием или утратой чувства защищенности:

– враждебная, жестокая семья;

– эмоционально отвергающая семья;

– не обеспечивающая надзора и ухода семья;

– негармоничная семья (распадающаяся или распавшаяся);

– чрезмерно требовательная семья (доминирующая гиперопека);

– появление нового члена семьи (отчим, мачеха, брат, сестра);

- противоречивое воспитание или смена типа;
 - чуждое окружение за рамками семьи (язык, культура).
2. Ситуации, вызывающие беззащитность из-за отрыва от семьи:
- помещение в чужую семью;
 - направление в детское учреждение;
 - госпитализация.

Практически каждый из нас в повседневной жизни сталкивается со сложной жизненной ситуацией, в том числе подростки и дети. Другими словами – ситуации стресса обыденной жизни, часто повторяющиеся: ссора с близким человеком; сокращение на работе; удовлетворительный ответ на экзамене; не поступил в учебное заведение; не прошел собеседование, и др. На одну и ту же ситуацию каждый человек реагирует по-разному: впадает в депрессию; обвиняет кого-то; находит решение; приспосабливается. Влияние сложных жизненных ситуаций на развитие личности велико.

Именно в таких обыденных ситуациях человек приобретает удачный или неудачный опыт преодоления препятствий, определяет собственное отношение к трудностям, пробует, «примеряет» разные способы действия, вырабатывает наиболее приемлемую для себя тактику поведения [10].

По мнению К.Н. Василевской, в трудной жизненной ситуации одновременно между собой взаимодействуют несколько факторов, а именно [5]:

1. Поведенческий фактор (указывает на отсутствие сформированных моделей поведения в данной ситуации);
2. Когнитивный фактор (показывает недостаток знаний, умений и навыков для нормальной жизнедеятельности в ней);
3. Витальный фактор (заключается в субъективном ощущении невозможности существовать в этой ситуации);
4. Экзистенциальный фактор (указывает на «экзистенциальный вакуум», ревизию системы ценностных ориентаций и дискретность образа «Я»);

5. Вероятностно–прогностический фактор (состоит в оценке вероятности ситуации жизненной трудности до ее возникновения как минимальной).

Комиссия по социальной политике Общественной Палаты РФ выделяют следующие факторы, влияющие на возникновение сложных жизненных ситуаций [25]:

- катастрофы, чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера;

- нарушения прав и законных интересов граждан со стороны членов их семьи или иных граждан;

- социально опасные положения семьи;

- социально опасное положение, безнадзорности, беспризорности, сиротства несовершеннолетних граждан, создания родителями или лицами их заменяющими условий, препятствующих нормальному воспитанию и развитию несовершеннолетних, отсутствия попечения родителей, наличия статуса лица из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

- наличие у гражданина инвалидности;

- наличие в семье инвалидов и (или) детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей–инвалидов;

- наличие алкогольной или наркотической зависимости и (или) членов семьи с алкогольной или наркотической зависимостью;

- отсутствие места жительства и определенных занятий;

- освобождение из мест лишения свободы,

- иные факторы.

Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» определяет детей, находящиеся в трудной жизненной ситуации как: сирот или детей, оставшиеся без попечения родителей; детей–инвалидов; детей с ограниченными возможностями здоровья; детей – жертв вооруженных и межнациональных конфликтов, экологических и техногенных катастроф, стихийных бедствий; детей из семей беженцев и вынужденных переселенцев;

детей – жертв насилия; детей, отбывающие наказание в виде лишения свободы в воспитательных колониях; детей, находящиеся в специальных учебно–воспитательных учреждениях; детей, проживающие в малоимущих семьях; детей с отклонениями в поведении; детей, жизнедеятельность которых объективно нарушена в результате сложившихся обстоятельств и которые не могут преодолеть данные обстоятельства самостоятельно или с помощью семьи» [54].

К данным категориям детей также относятся и старшие подростки.

Для того чтобы понять проблемы, возможности и способности всех детей и подростков, включая тех, кто находится в сложной жизненной ситуации, и способствовать их благополучию, многие международные организации проводят изучение условий жизни и развития детей, разрабатывая определение понятий, методики оценки и соответствующие индикаторы. Фонд детского развития в США в 2004 году впервые в мире разработал и опубликовал Индекс детского благополучия, включающий семь основных показателей [39]:

1. экономическое/финансовое благополучие семьи;
2. состояние взаимоотношений ребенка с семьей и сверстниками;
3. состояние здоровья ребенка;
4. поведение ребенка, в т.ч. ведущее к снижению уровня безопасности его жизни (употребление наркотиков, алкоголя и т.п.);
5. образовательные достижения ребенка;
6. включенность ребенка в жизнь группы, сообщества (участие в образовательных, экономических и политических институтах);
7. эмоциональное благополучие ребенка.

Педагогами и психологами выделяется ряд признаков, которые помогают определить, что подросток попал в сложную жизненную ситуацию [33]:

- нарушение межличностных отношений, стремление к уединению, негативизм;
- злоупотребление алкоголем или наркотиками, агрессивность,

изменение поведения;

- сниженное настроение, задумчивость, утрата интереса к учебе, другим, ранее привлекательным видам деятельности;

- появление сверх критичности к себе;

- разочарование в успехах, обесценивание собственных достижений;

- нарушения пищевого поведения (отказ от еды или обжорство), бессонница или повышенная сонливость, кошмары и беспокойный сон в течение, по крайней мере, нескольких дней;

- частые необоснованные жалобы на соматические недомогания (на боли в животе, головные боли, постоянную усталость, частую сонливость);

- несвойственное данному подростку пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;

- постоянное чувство одиночества, бесполезности, вины или грусти;

- увлечение религиозными течениями, рассуждения о смысле жизни, не свойственные ранее;

- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи, превращение в человека «одиночку»;

- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;

- погруженность в размышления, рассуждения о тяжелых проблемах, случившихся с другими, намеки на то, что в жизни все не так, как надо;

- отсутствие планов на будущее;

- внезапные приступы гнева, зачастую возникающие из-за мелочей, раздражительность.

Общество и государство создают систему воспитания детей и подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию, которая включает в себя большой спектр различных организаций [48]:

- общественно-государственные, государственные, религиозные и частные учебно-воспитательные учреждения различного типа (детские дома, школы-интернаты, социально – реабилитационные центры, приюты и др.);

- детские и юношеские общественно-политические и клубные организации (постоянные, сезонные и временные);
- организации, занимающиеся социально–культурным и иными видами оздоровления микросреды подрастающих поколений;
- учреждения для детей, подростков и юношей с психосоматическими или социальными отклонениями и дефектами;
- организации, занимающиеся профилактикой отклоняющегося поведения детей, подростков и юношей, их перевоспитанием и реабилитацией.

В старшем подростковом возрасте происходит формирование личности. В этот период в его сознании переплетаются ценности родителей и сверстников, меняется характер, новые взгляды на окружающих, происходит расширение жизненного пространства. В этом возрасте подростки неуравновешенны, ранимы, вспыльчивы, от чего происходят частые конфликты с родителями. Поэтому подростку не с кем поделится его переживаниями, страхами, проблемами.

Выделяются внешние и внутренние причины возникновения сложных жизненных ситуаций в старшем подростковом возрасте. Внешними причинами возникновения могут являться аморальные семьи (утратившие семейные ценности), антисоциальные семьи (живущие за счет принуждения детей), кризисные семьи (потеря работы, жилья). Семьи, где ребенок чувствует себя дискомфортно, влияет на недостатки в воспитательно–образовательной работе в образовательном учреждении.

Внутренними причинами возникновения и развития сложной жизненной ситуации у подростков могут быть их индивидуальные психофизиологические и личностные особенности, генотип, состояние здоровья, доминирующие психоэмоциональные состояния, внутренняя позиция, уровень активности во взаимодействии с окружающими и др. Подросток дома себя чувствует более уютно, комфортно, в школе дискомфортно.

Ситуации, которые вызывают у старшего подростка разного рода

затруднения, характеризуются с точки зрения:

- характеристик объективных условий деятельности аварийные, чрезвычайные, особые ситуации;
- отношения человека к возникшей ситуации трудные, критические, проблемные ситуации;
- демонстрируемых поведенческих реакций суицидальные попытки, аффектогенные ситуации;
- предсказуемости возникновения нормативные критические события жизни, например, экзамены и ненормативные – события нетипичные, индивидуальные.

Пытаясь самостоятельно справиться с тревожащими его ситуациями, подросток приобретает стихийный опыт их преодоления. Он ищет человека или группу людей, способных оказать поддержку и предоставить возможность для самовыражения, ищет деятельность, компенсирующую тревожные переживания и охраняющую его самооценку и т.д. Результаты этих поисков часто оказываются неконструктивными. Например, подростку обычно легче включиться в дворовые компании, чем в различные клубы и секции, поскольку последнее требует определенных волевых усилий и работы для достижения желаемого статуса.

Сущностной особенностью сложной является то, что ситуация нарушат привычный для человека образ жизни, ставит его перед необходимостью оценить внешние и внутренние аспекты сложившейся ситуации с учетом содержательных признаков и определения возможности преобразования ситуации. После – выбирается принципиально новая стратегия поведения и деятельности или новые основания жизни и способы согласования своих отношений с собой, взаимоотношений с другими людьми и социумом.

Трудные жизненные ситуации являются составной частью процессов социализации, во-первых, потому что они в целом обыденны, во-вторых, они не всегда травмируют личность, в-третьих, благоприятствуют развитию, когда

происходят изменения конструктивного характера, способствующие достижению новых форм сбалансированности отношений с внешней средой.

Одна из проблем подростка, оказавшегося в трудной ситуации – это низкий уровень социализации, то есть ограничение его социальной мобильности, ограниченность контактов со сверстниками и взрослыми, ограниченность общения с природой и доступа к культурным ценностям и т.д. Причиной появления трудной ситуации в жизни подростков может стать неудовлетворительный уровень знаний, а вследствие чего большой разрыв в успеваемости между лучшими и худшими обучающимися. Это очень плотно связано с самооценкой личности подростка, и как следствие, у них возникают проблемы разной направленности, связанные с дезадаптацией в социальных отношениях в образовательной организации. Эти проблемы в совокупности могут привести к возникновению трудной ситуации подростка [16, с.112].

Таким образом, понятие «трудная жизненная ситуация» рассматривается во многих научных областях: юридической, педагогической, психологической, социологической и др., и представляет собой условия, нарушающие жизнедеятельность человека воздействие которых может привести в положение, представляющее опасность для его жизни и здоровья, вследствие чего он может нуждаться в поддержке и помощи социальных служб для решения своей проблемы.

1.2. Психолого-педагогическая характеристика старшего подросткового возраста

В психолого–педагогической литературе старший подростковый возраст характеризуется, как граница детства, а также, границей взросления с радикальными изменениями социальных ролей, что характеризует, данный возрастной период как период взросления.

Старший подростковый возраст соответствует возрастному периоду

14(15) – 16(17) лет. Американские ученые выделяют более продолжительный период – возраст тинэйджеров, 13 – 19 лет [31].

Д.Б. Эльконин называет старший подростковый возраст старшим школьным возрастом и ставит ему возрастные границы 15-17 лет, определяя ведущим видом деятельности – учебно-профессиональную, в процессе которой происходит формирование таких новообразований, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы [61].

Старший подростковый возраст – самый короткий по астрономическому времени период, в ходе которого подросток преодолевает значительный путь в своем развитии. Современный подросток попадает под влияние средств массовой информации, рекламы, фильмов, преобладающей потребности в вещах, знаковые манипуляции сознанием (жестуальные предметы) [26]. Данный возрастной период можно назвать «Периодом философской интоксикации». Он обретает легкость и удовольствие в использовании мыслительных операций, становится склонным к обобщениям и абстракциям и строит множество новых жизненных теорий. Успешное завершение этого периода превращает подростка из абстрактного реформатора в активного прагматиста.

Познавательные процессы к 15-17 годам заканчивают свое формирование, быстрого их развития не наблюдается, но они также продолжают свое совершенствование. В данном возрасте происходит:

- развитие теоретического мышления. Это происходит на основе усвоения системы понятий и сложных мыслительных операций; содержание мышления усложняется и расширяется, возрастает способность анализа как реальных, так и гипотетических событий;

- становление мировоззрения личности, стремление свести многообразие усвоенных знаний в собственную систему взглядов на мир;

- происходит развитие специальных способностей подростков;

– формируется избирательная направленность интересов, склонностей и интеллектуальной активности [31].

Мышление старшего подростка приобретает личностный и эмоциональный характер. Как пишет Л.И. Божович, интеллектуальная деятельность здесь приобретает особую аффективную окраску, связанную с самоопределением старшего школьника и его стремлением к становлению своего мировоззрения. Именно это аффективное стремление создает своеобразие мышления в старшем подростковом возрасте [3].

Социальная ситуация развития старших подростков характеризуется существенными изменениями, включение его в новую систему расширение социальных ролей, становление психологической готовности обучающихся старших классов к самостоятельной жизни, развитие самооценки, активность в поведении, проявление чувства взрослости, важную роль играет коллектив где подросток утверждается (школа, различные клубы) Появляется возможность усвоения новых ценностей, развития чувства коллективизма, товарищества, принадлежности, интерес к собственным возможностям.

Старший подростковый возраст характеризуется также высокой выраженной эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения. Бурные аффективные вспышки в данном возрасте нередко сменяются подчеркнутым внешним спокойствием, ироническим отношением к окружающим [43]. Склонность к самоанализу, рефлексии нередко способствует легкости возникновения депрессивных состояний, резкой смены настроений. Целеустремленность и настойчивость сочетаются с импульсивностью и неустойчивостью, повышенная уверенность в себе и максимализм в суждениях сменяются легкой ранимостью и сомнениями в своих возможностях, потребность в общении – желанием одиночества и уединения, искренняя нежность, дружелюбие могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью [42].

Д.Е. Журавлев описывает возраст 15-17 лет как достаточно

продолжительный возрастной кризис. В это время у старших подростков сталкиваются два противоборствующих влечения: потребность в близости и принадлежности другому и стремление сохранить и утвердить собственную идентичность [28].

Личностное развитие старших подростков связано с определением ценностных ориентиров. Достижение данного возраста – это новый уровень развития самосознания, открытие своего внутреннего мира, мыслей, переживаний, взглядов и др. Интерес к себе выражается в самоанализе поведения и личностных качеств. Формируется эгоидентичность как постоянство взглядов и принципов [45].

Возрастные особенности подростка, по определению Л.С. Выготского, представляют собой целостную психическую систему, выполняющую определенные функции, такие как: основная подростковая функция личности – творческое освоение социального опыта и включение его в систему общественных отношений [8].

Метафизики рассматривают данный процесс как количественное накопление, простое повторение, увеличение или уменьшение изучаемого явления.

Биологические и психологические изменения старшего подростка взаимосвязаны и определяют специфику возраста. Не зная данную специфику, сложно понять психологические проблемы и сложности, с которыми сталкивается старший подросток.

Отечественная педагогика при рассмотрении этого вопроса исходит из положений диалектического материала, который рассматривает пространственно–образное мышление как неотъемлемое свойство природы, общества, как движение от низшего к высшему, как рождение нового и отмирание или преобразование старого.

При этом подходе развитие личности подростка представляет собой социальный процесс, в котором происходят не только количественные

изменения, но и качественные преобразования. Эта сложность предопределяется противоречивостью процесса развития и становления. Кроме того, именно противоречия между новым и старым, которые возникают и преодолеваются в процессе обучения и воспитания, выступают движущими силами развития личности. К основным противоречиям относятся:

- противоречие между новыми потребностями, порождаемые деятельностью, и возможностями их удовлетворения;

- противоречие между возросшими физическими и духовными возможностями подростка и старыми, ранее сложившимися формами взаимоотношений и видами деятельности;

- противоречие между растущими требованиями со стороны общества, группы взрослых и наличным уровнем развития личности [31].

Развитие личности в условиях природного и предметного мира происходит через межличностные отношения. В частности, для старшего подростка наиболее значимой становится сфера общения со сверстниками. Становится значимым [26]:

- умение завести знакомство с понравившимся человеком;

- комфортно чувствовать себя в компании, разделяя нормы и интересы значимой для него группы;

- ощущать, что при этом он не теряет индивидуальность, а может высказывать свои мысли и выражать чувства;

- важно, чтобы его взрослость была заметна и принята окружающими;

- важно, чтобы его форма поведения не была детской;

- значимым «героем» подростка является активный, целеустремленный, успешный человек;

- подросток склонен к мечтанию и фантазированию;

- обсуждение поведения взрослых, причем не в лицепрятной форме.

Одно из новообразований юношеского возраста – открытие «Я», развитие понять себя (отражение себя в своем образе «Я»), осознание собственной

индивидуальности. Подросток оценивает свои возможности, в этом возрасте планируют жизненные планы, установки на сознательные сферы жизни, что направляет «Я» на практическое включение в различные виды жизнедеятельности. Он ищет отличие системы отношений других людей от своей собственной. Данный процесс сопровождается различными проявлениями, как негативными, так и позитивными.

В старшем подростковом возрасте наблюдаются частые перепады настроения, агрессивны, вспыльчивы, раздражительны, противоречивы чувствам, появляется тревога, снижение работоспособности. Позитивные проявления выражаются в том, что у подростка появляются новые ценности, потребности, ощущение близости с другими людьми, с природой, новое понимание искусства.

Возникновение чувства влюбленности связано с физическим взрослением и половым созреванием, интерес к противоположному полу, желанием иметь очень близкого друга, потребностью в сильной персональной эмоциональной привязанности. Влюбленность, первое свидание часто становятся ответом на внутреннюю потребность к любви, быть взрослым. Подростковая мечта о любви выражает стремление к эмоциональному контакту, пониманию, душевной близости. Так же в связи с физическим взрослением появляется специфическое поведение: в девочек бросают бумажки, грязные шутки, насмешки, замечания с целью вызвать групповой смех и этим привлечь к себе внимание. Данное поведение вызывает негатив у взрослых, учителя вызывают после уроков на беседу по одному.

Важнейшими процессами этого возрастного периода являются: расширение жизненного мира личности, круга ее общения, групповой принадлежности и увеличения числа людей, на которых она ориентируется. Для старшего подросткового возраста типичными являются внутренняя противоречивость, неопределенность уровня притязаний, повышенная застенчивость и одновременно агрессивность, склонность принимать крайние

позиции и точки зрения. Чем очевиднее различия между миром детства и миром взрослости, чем важнее разделяющие их границы, тем ярче проявляются напряженность и конфликтность [26].

Преодоление трудностей начинается при столкновении подростка с препятствиями, угрозами или требованиями, которое проходит в три стадии: первичная (когнитивная и аффективная) оценка ситуации, вторичная оценка альтернативных возможностей решения проблемы и третичная оценка, то есть переосмысление ситуации и выбор новых альтернатив поведения.

Самосознание старшего подростка как новообразование возрастного периода способствует более глубокому пониманию других людей. Социальная ситуация развития, которая приводит к образованию личности, приобретает в самосознании опору для своего дальнейшего развития.

И.А. Фурманов большое внимание уделяет взаимодействию подростков со сверстниками. Личностные качества развиваются благодаря взаимодействию индивида с окружающими людьми. С одной стороны, автор отмечает, человек реализует во взаимодействии свою систему ценностных ориентаций и установок, а с другой – для него очень важны оценки и мнения других людей. Именно с ними он соотносит свое поведение, подвергая его коррекции или изменяя на абсолютно противоположное. Поэтому в педагогической практике очень важно знать те личностные установки, который ребенок реализует при взаимодействии с окружающими [57, с. 77].

Главная личностная особенность – появление жизненных планов, готовность к социальному построению собственной жизни. Планы становятся предметом размышлений, в ходе которых происходит уточнение жизненных целей и способы их достижения [31].

Д.Э. Гэлвигарст и М.В. Коле приводят детальную схему целей развития в старший подростковый период [46]:

1.Общее эмоциональное созревание – от деструктивных чувств и недостатка уравновешенности, и конструктивности к конструктивным чувствам

и уравновешенности, от субъективной к объективной интерпретации ситуации; от избегания конфликтов к их разрешению.

2. Кристаллизация интересов к другому полу – от интереса к одинаковому полу к интересу к противоположному полу; от мучительного ощущения сексуальности к признанию факта половой зрелости.

3. Социальное созревание – от чувства неуверенности в группе сверстников к достижению уверенности; от неловкости в обществе к находчивости; от рабского подражания к эмансипации; от неуживчивости в обществе к толерантности.

4. Освобождение от опеки родителей – от поиска поддержки у родителей к опоре на собственные силы.

5. Интеллектуальное созревание – от веры в авторитеты к требованию доводов; от фактов к объяснениям; от многочисленных поверхностных интересов к нескольким постоянным.

6. Выбор профессии – от интереса к престижным профессиям к адекватной оценке своих возможностей и выбору соответствующей профессии.

7. Проведение свободного времени – от интереса к индивидуальным играм, где можно показать силу, выносливость к интересу к коллективным играм; от активного участия в играх и соревнованиях к пассивному наблюдению; от интереса ко многим играм к интересу лишь к некоторым.

8. Формирование жизненной позиции – от равнодушия к общественным делам к активному участию в них; от стремления к удовольствиям и избеганию боли к поведению, основанному на чувстве долга.

Старший подростковый возраст является периодом «самоандартизации»; молодые люди стремятся к поиску чувства «Я», к включенности в конкретные роли. Потребность в обретении чувства идентичности настолько остра, что человек может решить эту проблему, став деликвентом – то есть выбрать идентичность, противоположную тому, что предлагает общество, лишь бы не остаться вовсе без идентичности. В

частности, агрессивность особенно присуща подросткам как способ защиты личности от переживания «кризиса идентичности», эмансипации от мира взрослых, преследующий стабилизацию самооценки: следовательно, становится актуальной проблема блокировки агрессии и невозможность ее выражения.

В старшем подростковом возрасте одновременно с физическими изменениями происходит глубокая перестройка психики, что обуславливается не только физиологическими факторами, но в значительной мере психосоциальным влиянием. Стремление старшего подростка сопоставить себя со сверстниками усиливает наблюдение за своим телом, что вызывает озабоченность, тревожность и конфликтные реакции на негативные отзывы окружающих. Подростки склонны переоценивать действительные и мнимые отклонения от нормы, относительно своей внешности особенно [13].

Старшие подростки отмечают социальную реакцию на изменение их внешнего облика (одобрение, восхищение или отвращение, насмешку или презрение), они включают его в представление о себе, отсюда идет не понимание, отстранение от родителей, учителей. Многие кризисы и конфликты в этот период связаны с неадекватным, неловким или оскорбительным отношением к ним взрослых людей. Подросток старается расширить свои права и ограничить влияние старших, ему ни кто не указ. Для него важно, чтобы взрослые и сверстники признали его самостоятельность, отметили его «взрослость», его индивидуальность. При этом он ориентируется на мнение друзей.

Физические изменения, таким образом, оказывают большое влияние на чувство собственной значимости и самооценку подростка. Поскольку диапазон нормы изменчивости остается неизвестным, это может вызывать беспокойство и приводить к острым конфликтным ситуациям, депрессиям, агрессивному поведению, поведенческим нарушениям и даже к хроническим неврозам.

Наиболее частое излюбленное содержание споров и душевных бесед

старшекласников – это этические, нравственные проблемы. Они не просто влюбляются или дружат, но и обязательно хотят знать: «Что такое дружба?», «Что такое любовь?» Старшекласники готовы долго и горячо обсуждать, можно ли влюбиться сразу в двоих, может ли быть дружба между юношей и девушкой. Характерно их стремление найти истину именно в разговоре, в разъяснении понятий. Они относятся к житейским этическим понятиям так же, как к понятиям естественно–научным: ожидают точных, однозначных ответов и не склонны мириться с расхождениями и неясностями. Искания старших подростков проникнуты порывами чувства и воли, их мышление носит страстный характер [22].

Старший подростковый возраст характеризуется также выраженной эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения. Бурные эмоциональные вспышки в старшем подростковом возрасте нередко сменяются подчеркнутым внешним спокойствием, ироническим отношением к окружающим людям. Склонность к самоанализу, рефлексии нередко способствует легкости возникновения депрессивных состояний (вплоть до суицидального поведения). Целеустремленность и настойчивость у старшекласников сочетаются с импульсивностью и неустойчивостью, повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях сменяются легкой ранимостью и неуверенностью в себе, потребность в общении – желанием уединиться, развязность соседствует с застенчивостью, романтизм, мечтательность, возвышенность чувств нередко уживаются с сухим рационализмом и циничностью, искренняя нежность, ласковость могут быстро сменяться черствостью, отчужденностью, враждебностью и даже жестокостью [44].

Старший подростковый возраст принято считать первым периодом взрослой самостоятельной жизни. Ответственность за свою судьбу, за всю последующую жизнь определяет специфику этого возрастного этапа, у кого–то начинается реализация жизненных панов, четко намеченных еще в старших

классах школы, проверка их правильности в жизненной практике. Многие же продолжают поиски себя во взрослой жизни, пытаясь решить проблему самоопределения методом проб и ошибок. Окончательное самоопределение, позволяющее начать утверждать себя в жизни, и является центральным возрастным новообразованием юности [14].

Можно выделить следующие направления развития личности в данном возрастном периоде:

1. Развитие когнитивных и эмоциональных функций ведет к тому, что молодые люди используют новые способности в форме критики, сомнений и противодействия ценностям, установкам и образу действий взрослых. Часто это ведет к конфликту с родителями и бунту, особенно если в семье господствует авторитарный стиль воспитания.

2. В процессе социализации группа сверстников в значительной степени замещает взрослых и становится референтной группой.

3. Перенос центра социализации из семьи в группу сверстников приводит к ослаблению эмоциональных связей с родителями и замене их взаимоотношениями со многими людьми, меньше влияющими на личность как целое, но формирующими определенные формы ее поведения.

4. Ослабление влияния родителей отражается не на всех формах поведения, взглядах и установках. Хотя у многих подростков родители как центр ориентации и идентификации отступают на второй план, это относится далеко не ко всем областям жизни.

5. Несмотря на уменьшение влияния семьи в период взросления, она по-прежнему остается важной для подростка группой.

Старший подростковый возраст является одним из важных периодов становления личности, когда у подростков проявляются как детские, так и взрослые черты. По мнению Е. П. Ильина психические состояния, которые переживают подростки, в значительной степени связаны с общением и взаимоотношениями со сверстниками. При этом у старших подростков

формируется и сохраняется отрицательное отношение к себе, из-за этого данный возраст характеризуется предрасположенностью к отрицательным эмоциям и изменениям в их мотивационной сфере [2].

Стремление быстрее повзрослеть приводит к поиску собственного образа жизни подростка и его деятельности. Направления поиска могут иметь различные направления: закончить обучение в школе, пойти учиться в средне-специальные учебные заведения (колледжи или техникумы), стать финансово независимым (найти работу), утвердиться в новой социальной роли или позиции, подражая поведению взрослых: начинают курить, употреблять спиртные напитки, пользуются той же косметикой, красят волосы и т.д.

Старшие подростки с их формирующейся психикой достаточно чувствительны к встречающимся на его пути жизненным ситуациям. Наиболее сильное влияние на них оказывают трудные, кризисные ситуации. [3, с. 129].

Пытаясь самостоятельно справиться с тревожащими ситуациями, подросток приобретает стихийный опыт их преодоления. Он ищет человека или группу людей, способных оказать поддержку и предоставить возможность для самовыражения, ищет деятельность, компенсирующую тревожные переживания и охраняющую его самооценку и т.д. Результаты этих поисков часто оказываются неконструктивными. Например, подростку обычно легче включиться в дворовые компании, чем в различные клубы и секции, поскольку последнее требует определенных волевых усилий и работы для достижения желаемого статуса.

Недостаточность стихийного опыта может проявляться также в большем объеме нервно-психических затрат, во множественности разочарований, перенасыщенности опыта душевными кризисами, то есть в том, чем чреват слепой метод проб и ошибок. Зачастую неудачи стихийного опыта еще больше могут усугублять неудовлетворенность подростка. Возрастает его неуверенность в себе, появляется озлобленность, агрессивность, формируется негативизм как качество личности, неверие в свое успешное будущее. Любая из

формирующихся при этом защитных техник, таких как «уход в себя», избегание неприятностей или открытая агрессия оказываются неблагоприятной для дальнейшего развития личности подростка.

Таким образом, старший подростковый возраст представляет собой старший школьный возраст, возрастные границы которого составляют 15–17 лет. Ведущим видом деятельности данного возрастного периода является учебно-профессиональная деятельность, в процессе которой формируются такие новообразования, как мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы. Главной личностной особенностью является появление жизненных планов, готовность к социальному построению собственной жизни. Для данного возраста сложными жизненными ситуациями считаются ситуации стресса обыденной жизни – повседневные, зачастую повторяющиеся события, способные вызвать затруднения и отрицательные переживания, быстротечные, будничные для подростка события, кратковременные, но чрезвычайно значимые и острые ситуации. А также ситуациями повышенного риска и предрасполагают к возникновению дезадаптивных реакций у старших подростков.

1.3. Формы, методы, средства подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности

В настоящее время в педагогической литературе подчеркивается значимость своевременной подготовки старших подростков к преодолению жизненных сложностей, рассматриваются отдельные характеристики этого процесса.

Рассмотрим, в каких формах, с помощью каких методов и средств осуществляется данный процесс. Начнем с определения подготовки старших подростков к преодолению сложной жизненной ситуации.

Подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных

ситуаций представляет собой педагогический процесс, направленный на получение определенных знаний, умений, навыков и качеств личности, способствующих формированию конструктивных способов действий, выработыванию наиболее приемлемой для себя тактики поведения в сложившейся ситуации.

Дадим определение понятию формы подготовки, они представляют собой внешнее выражение чего-либо, обусловленное определенным содержанием [18].

К формам, способствующим подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций можно отнести: лекции, упражнения, семинары, дискуссии, конференции, круглые столы и др.

Лекция – систематическое, последовательное, монологическое изложение лектором учебного материала, как правило, теоретического характера [44].

Упражнение – организация регулярного планомерного выполнения определенных действий с целью превращения их в привычные социальные формы поведения [18].

Семинар – форма учебно-практических занятий, при которой учащиеся (студенты, стажёры) обсуждают сообщения, доклады и рефераты, выполненные ими по результатам учебных или научных исследований под руководством преподавателя [7].

Дискуссия представляет собой обсуждение какого-либо спорного вопроса [10].

Конференция представляет собой собрание, которое организовано для обсуждения определённой проблемы или вопросов [12].

Круглый стол – общество, конференция или собрание в рамках более крупного мероприятия (съезда, симпозиума, конференции) [7].

Метод – это способ достижения цели, который является одним из инструментов, как воздействия, так и взаимодействия между людьми и способами воздействия на сущностные сферы человека с целью выработки у них заданных целей воспитания качеств [11].

Одной из форм подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций в школе являются тематические классные часы.

По мнению Е.Н. Щурковой, классный час является одной из форм воспитательной работы, при которой школьники под руководством педагога включаются в специально организованную деятельность, способствующую формированию у них системы к окружающему миру [60].

В связи с чем, мы можем рассмотреть классный час, как одну из форм подготовки старших подростков к преодолению сложной жизненной ситуации.

Классные часы являются основным компонентом системы работы классного руководителя. Они проводятся с различными воспитательными целями. Их формы и технологии могут иметь множество вариантов в зависимости от поставленной цели, возраста учащихся, опыта классного руководителя и школьных условий.

В процессе деятельности по подготовке и проведению классных часов возможно решение следующих педагогических целей и задач [60]:

1. Создание условий для становления и проявления индивидуальности обучающегося, его творческих способностей.
2. Обогащение сознания обучающегося знаниями о природе, обществе, человеке.
3. Развитие эмоционально-чувственной сферы и ценностно-смыслового ядра личности ребёнка.
4. Формирование у детей умений и навыков мыслительной и практической деятельности.
5. Содействие становлению и проявлению субъектности и индивидуальности учащегося, его творческих способностей.
6. Формирование классного коллектива как благоприятной среды развития и жизнедеятельности школьников.

Авторы выделяют основные компоненты классных часов:

- Целевой– целевые установки должны быть связаны, прежде всего, с

развитием индивидуальности ребёнка, с проектированием и установлением уникального его образа жизни.

– Содержательный– содержание классного часа является личностно значимым. Оно включает материал, необходимый для самореализации и самоутверждения личности ребёнка.

– Организационно-деятельный– обучающиеся являются полноправными организаторами классного часа. Актуальное участие и заинтересованность каждого ребёнка, актуализация его жизненного опыта, проявление и развитие индивидуальности.

– Оценочно-аналитический– в качестве критериев оценки результативности классного часа выступают проявление и обогащение жизненного опыта ребёнка, индивидуально-личностное значение усваиваемой информации, влияющей на развитие индивидуальности и творческих способностей обучающихся.

Также в общеобразовательных организациях реализуются элективные курсы по подготовке подростков к сложным жизненным ситуациям и выходам из них. Как правило, данную программу реализует педагог-психолог.

Г.А. Рогова дает определение элективным курсам, они представляют собой обязательные курсы по выбору учащихся из компонента образовательного учреждения, входящие в состав профиля обучения [41].

Основные задачи элективного курса по подготовке подростков к сложным жизненным ситуациям:

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.

Занятия по программе элективного курса данного направления подготовки имеет следующую структуру:

1. Упражнение для создания эмоционального настроения на занятие;
2. Притча
3. Работа в микро группах;
4. Мини-дискуссия;
5. 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?

К методам, применяемым в работе по подготовке к преодолению сложных жизненных ситуаций можно отнести: проблемные методы, кейс-метод, деловая игра, тренинги, метод проектов.

Проблемные методы – систематическое создание проблемных ситуаций в процессе образовательной деятельности, для обеспечения обучающимися оптимального сочетания самостоятельной поисковой деятельности с усвоением готовых выводов науки [59].

Кейс-метод в психолого-педагогической литературе рассматривается, как один из активных методов работы с обучающимися разных возрастов. Он может быть использован при подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций, использующая описание различных ситуаций, в ходе которых обучающиеся должны, проанализировав проблему, предложить ряд путей решения и выбрать из них наиболее рациональные [7].

Деловая игра является формой воссоздания предметного и социального содержания профессиональной или учебной деятельности, моделирования систем взаимоотношений, характерных для данного вида практики [46].

Тренинг представляет собой интенсивное обучение с практической направленностью [59].

Метод проектов – метод приобретения знания в процессе планирования и выполнения постепенно усложняющихся практических заданий [40].

Средства – это объекты, которые созданы человеком и предметы естественной природы, используемые в образовательном процессе в качестве носителей учебной информации и инструментов деятельности педагогических работников и обучающихся для достижения поставленных целей обучения, воспитания и развития [7].

К средствам, способствующим подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций можно отнести: технические средства обучения, печатные ресурсы, аудиовизуальные средства и др.

Также подготовка к преодолению сложных жизненных ситуаций может осуществляться в рамках внеурочной деятельности, которая представляет собой деятельность, которая организуется с классным коллективом во внеурочное время для удовлетворения потребностей обучающихся в содержательном досуге (конкурсы, праздники, мероприятия, вечера, походы и др.), их участия в самоуправлении и общественно полезной деятельности, детских общественных объединениях и организациях.

В ФГОС ООО и Концепции духовно-нравственного развития учащихся внеурочная деятельность понимается как «лично-ориентированное взаимодействие педагога и ребенка, целью которого является обеспечение условий развития ребенка, становление его как личности в школьные годы» [52].

Как указано в глоссарии Федерального государственного образовательного стандарта, Внеурочная (внеучебная) деятельность учащихся – деятельностьная организация на основе вариативной составляющей базисного учебного (образовательного) плана, которая организуется участниками образовательного процесса, отличается от урочной системы обучения:

экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, КВНы, школьные научные общества, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования и т.д.; занятия по направлениям внеучебной деятельности учащихся, позволяющие в полной мере реализовать Требования Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования [51].

Внеурочная деятельность обучающихся школы является одной из инноваций Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, она становится обязательным элементом школьного образования и ставит перед педагогическим коллективом задачу организации развивающей среды для обучающихся. Особенности данного компонента образовательного процесса являются предоставление обучающимся возможности широкого спектра занятий, направленных на их развитие; а так же самостоятельность образовательного учреждения в процессе наполнения внеурочной деятельности конкретным содержанием [24].

Внеурочная деятельность в школе ориентирована на создание условий, которые способствуют [20]:

- творческой самореализации ребенка в комфортной развивающей среде, стимулирующей возникновение личностного интереса к различным аспектам жизнедеятельности и позитивного преобразующего отношения к окружающей действительности;

- социальному становлению личности ребенка в процессе общения и совместной деятельности в детском сообществе, активному взаимодействию со сверстниками и педагогическими работниками;

- профессиональному самоопределению обучающегося, необходимого для успешной реализации дальнейших жизненных планов и перспектив.

Внеурочная деятельность, как и деятельность обучающихся в рамках образовательного процесса, направлена на достижение результатов освоения основной образовательной программы. Но в первую очередь, во внеурочной деятельности преследуется цель по достижению обучающимися личностных и

мета предметных результатов. Это определяет и специфику внеурочной деятельности, в ходе которой дети не только и даже не столько должны узнать, сколько научиться действовать, чувствовать, принимать собственное решения, и др.

В соответствии с ФГОС основного общего образования Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации выделены основные направления внеурочной деятельности, к которым относятся [9]:

- спортивно–оздоровительное направление;
- художественно–эстетическое направление;
- научно-познавательное направление;
- военно-патриотическое направление;
- общественно полезную деятельность;
- проектную деятельность.

Результаты внеурочной деятельности можно классифицировать по трем уровням.

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой

на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной про-социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде [9].

К числу планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности отнесены:

- личностные результаты (готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию);

- ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально–личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;

- сформированность основ российской, гражданской идентичности; мета предметные результаты (освоенные обучающимися УУД: познавательные, регулятивные и коммуникативные) [15].

По мнению И.Р. Конжина [19], подготовка старших подростков к преодолению трудных жизненных ситуаций будет успешной, если в ходе нее реализуются следующие педагогические условия:

- создается лично, и ценностно–ориентирующее пространство в период пребывания старшеклассников в образовательном учреждении;

- организована включенность старших подростков в значимые жизненные ситуации, стимулирующие их активность в преодолении сложностей в реальных и имитируемых ситуациях;

– обеспечено педагогическое сопровождение старших подростков в процессе их подготовки к преодолению сложных жизненных ситуаций в условиях конкретной образовательной организации.

Таким образом, подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности может реализовываться в различных формах лекция, семинар, деловая игра. К методам, применяемым в работе по подготовке к преодолению сложных жизненных ситуаций можно отнести: проблемные методы, кейс–метод, деловая игра, тренинги, метод проектов, средствами подготовки старших подростков могут являться технические средства обучения, печатные ресурсы, аудиовизуальные средства и др.

Глава 2. Опыт поисковая работа по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности на примере МАОУ СОШ №26 г. Екатеринбурга

2.1. Опыт работы школы по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности

Дадим характеристику и посмотрим, осуществлялась ли эта подготовка во внеурочной деятельности.

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №26 (далее МАОУ СОШ №26) расположена по адресу 620082, г. Екатеринбург, ул. Трубачева, 76.

МАОУ СОШ №26 создано в целях реализации прав граждан на получение общего образования в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» 01.09.1945 году.

Собственником имущества является муниципальное образование «город Екатеринбург», учредителем от имени муниципального образования «город Екатеринбург» выступает Департамент образования Администрации города Екатеринбурга.

Непосредственную организацию и координацию деятельности Учреждения осуществляет Департамент образования Октябрьского района Департамента образования Администрации города Екатеринбурга.

В школе реализуются следующие уровни образования: начальное общее образование, основное общее образование, среднее общее образование. Форма обучения – очная.

Школа является современным центром образования, меняющимся в соответствии с тенденциями развития Российского образования. Приоритетным направлением развития школы является модернизация образовательного пространства школы в условиях перехода к углубленному изучению отдельных предметов и введения федеральных образовательных стандартов второго

поколения. Согласно Уставу, целью деятельности школы является формирование общей культуры личности обучающихся на основе федеральных государственных образовательных стандартов общего образования, создание основы формирования технической культуры, развития интеллектуальных возможностей обучающихся, воспитание деловой, социально–адаптированной, творческой личности гражданина Российской Федерации [49].

Педагогический коллектив МАОУ СОШ №26 составляет 30 сотрудников, из них 9 учителей начальной школы, 21 учителей старших классов, в том числе учитель–логопед.

Высшую категорию имеют (чел./%) 8/25, первую – 18/60%, не аттестованы (проработали менее 2-х лет: 9/14%). Доля аттестованных педагогических работников – 85%, так как доля молодых специалистов и вновь принятых педагогических работников, проработавших менее 2 лет, составляет 15% от числа педагогических работников.

Кадровое обеспечение образовательного процесса следующее: средний возраст педагогов: 42,3 года; доля учителей–мужчин: 9%; доленое распределение педагогов по уровню образования: высшее образование имеют (чел./%): 25/83%; среднее специальное 5/17%.

В 2016/2017 учебном году в образовательной организации обучается 546 человек (табл. 1).из них к категории старших подростков относятся обучающиеся 10-11 классов – 46 человек.

Таблица 1.

Численность обучающихся в МАОУ СОШ №26
в 2016/2017 учебном году

Общая численность обучающихся	Обучающиеся начальной школы (1-4 класс)	Обучающиеся средней школы (5-9 класс)	Обучающиеся старших классов (10-11 класс)
546	236	264	46

Контингент обучающихся неоднородный:

– обучающиеся из многодетных семей – 65;

- опекаемых детей – 18;
- обучающихся, состоящих на внутри школьном учете – 8;
- учете в ТКДН и ЗП – 1;
- на учете в ОПДН – 2;
- детей – инвалидов – 12.

В соответствии с Уставом МАОУ СОШ №26 целью деятельности Учреждения является формирование общей культуры личности обучающихся на основе федеральных государственных образовательных стандартов, создание основы формирования технической культуры, развития интеллектуальных возможностей обучающихся, воспитание деловой, социально-адаптированной, творческой личности гражданина Российской Федерации [49].

МАОУ СОШ №26 реализует основные и дополнительные образовательные программы.

Основные общеобразовательные программы – образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, разрабатываются Учреждением самостоятельно, в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами и с учетом соответствующих примерных основных образовательных программ, включённых в реестр основных образовательных программ, являющийся государственной информационной системой [53].

Основные общеобразовательные программы, реализуемые в МАОУ СОШ №26:

- 1) образовательная программа начального общего образования, нормативный срок освоения программы 4 года;
- 2) образовательная программа основного общего образования, нормативный срок освоения программы 5 лет;
- 3) образовательная программа среднего общего образования, нормативный срок освоения программы 2 года.

Дополнительные общеразвивающие программы для детей, реализуемые в школе, подразделяются по следующим направленностям:

- 1) техническая;
- 2) физкультурно-спортивная;
- 3) художественная;
- 4) социально-педагогическая;
- 5) туристско-краеведческая.

МАОУ СОШ №26 в своей деятельности руководствуется:

- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»;
- другими федеральными законами;
- иными нормативными правовыми актами Российской Федерации;
- нормативными правовыми актами Правительства Свердловской области, содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере образования;
- Постановлениями и Распоряжениями Администрации города Екатеринбурга, другими нормативно-правовыми актами органов местного самоуправления муниципального образования «город Екатеринбург»,
- Уставом Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №26, а также принимаемыми в соответствии с ним локальными нормативными актами Учреждения;
- договором, заключенным между образовательным учреждением и родителями (законными представителями) обучающихся.

Школа работает в тесном сотрудничестве с различными организациями микрорайона, в котором расположена, а также иными учреждениями. Так социальными партнерами в области образовательной и воспитательной работы являются:

- ОАО «Птицефабрика Свердловская»;
- МАОУ ДО Городской дворец творчества детей и молодежи г. Екатеринбурга;

– МАОУ ДО Дом детского творчества Октябрьского района г. Екатеринбурга;

– Культурно-досуговый центр «На Варшавской»;

– МБОУ ДО Детско-юношеская спортивная школа «Факел»;

– СТК «Радуга»;

– МАДОУ – детский сад комбинированного вида «Улыбка» №177;

– МБДОУ – детский сад №176.

В 2010 школа стала Лауреатом Национальной премии «Элита Российского образования» в номинации «Выдающаяся организация в области здоровьесбережения детей и молодежи-2010».

В 2011 году МАОУ СОШ №26 награждена серебряной медалью Всероссийского конкурса «Патриот России» за инновационный социально-педагогический проект «Развитие патриотических и духовных традиций в условиях социально-педагогического партнерства микрорайона «Птицефабрика».

В 2013 г. школа награждается дипломом 1 степени Всероссийского конкурса «Элита Российского образования» в номинации «Выдающаяся организация в области гражданского, патриотического и духовно-нравственного воспитания молодежи – 2013».

Одним из направлений деятельности Учреждения является внеурочная деятельность.

На основании Положения «Об организации внеурочной деятельности на базе МАОУ СОШ №26» внеурочная деятельность осуществляется в свободное от аудиторных занятий время и является важной частью образовательного процесса, обеспечивающего формирование нравственных, общекультурных, гражданских и профессиональных качеств личности [35].

Для оценивания результатов внеурочной деятельности используется безотметочная накопительная система оценивания (портфолио), характеризующая динамику индивидуальных образовательных достижений.

Результативность работы системы внеурочной деятельности также определяется через анкетирование обучающихся и родителей (законных представителей), в ходе проведения творческих отчетов (презентации, конкурсы, соревнования, олимпиады), защиты проектов, конференций, практических работ, самоанализа, самооценки, наблюдения [49].

Внеурочная деятельность в школе решает ряд задач:

1. Формирование личности, обладающей высокой культурой, интеллигентностью, социальной активностью, качествами гражданина и патриота;
2. Создание условий для раскрытия и развития творческих способностей, гражданского самоопределения и самореализации, гармонизации потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, культурном и физическом развитии;
3. Организация досуга обучающихся во внеурочное время;
4. Сохранение и преумножение традиций школы;
5. Создание оптимальной социально-педагогической воспитывающей среды, направленной на творческое саморазвитие и самореализацию личности;
6. Организация гражданско-патриотического воспитания обучающихся;
7. Проведение культурно-массовых, спортивных, физкультурно-оздоровительных, научных мероприятий;
8. Организация и реализация социально-психологической поддержки участником образовательного процесса;
9. Организация работы по пропаганде здорового образа жизни, профилактике девиантного поведения в молодежной среде;
10. Развитие системы информационного обеспечения обучающегося;
11. Проведение работы по адаптации обучающихся при переходе на новую ступень обучения.

Результаты внеурочной деятельности обучающихся распределяются по трем уровням [35].

Первый уровень: приобретение обучающимися социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня большое значение имеет взаимодействие обучающегося и учителя.

Второй уровень: получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальным реалиям в целом. Для достижения этого уровня большое значение имеет взаимодействие между обучающимися в классе.

Третий уровень: получение обучающимся опыта самостоятельного общественного действия. Для достижения данного уровня большое значение имеет взаимодействие обучающегося с иными социальными объектами вне школы.

Во внеурочной деятельности в школе реализуются программы «Все цвета, кроме черного» – программа профилактической деятельности, разработанная на основе Федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту», рассчитанная на обучающихся 2 – 11 классов; срок ее реализации составляет 10 лет с 2009 до 2019 гг.

Важнейшим принципом работы и основными целями деятельности образовательного учреждения МАОУ СОШ №26 является формирование у детей и подростков навыков эффективной адаптации в социуме. Способствующей к самостоятельному освоению новых знаний и способов творческой деятельности в различных областях науки и практики на основе усвоения образовательного минимума содержания образовательных программ, нацеленной на саморазвитие, так же в будущем предупредить пагубные привычки, такие как курение, употребление алкогольных напитков и наркотических веществ[36].

Программа базируется на результатах исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики, учитывая динамику развития и

системности.

Подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций в МАОУ СОШ №26 осуществляется в образовательной деятельности в рамках предметов основы безопасности жизнедеятельности и обществознание.

На уроках основы безопасности жизнедеятельности в старших классах (10 – 11 класс) рассматриваются следующие разделы/темы, способствующие решению сложных жизненных ситуаций [37]:

1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни;
2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций / чрезвычайные ситуации социального характера.

– современный комплекс проблем безопасности социального характера (Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Роль Вооруженных Сил России в обеспечении национальной безопасности страны. Международный терроризм как угроза национальной безопасности страны. Наркобизнес как разновидность проявления международного терроризма.);

3. Нормативно–правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства.

В содержание курса обществознания в 10 – 11 классе входят: социальные навыки, умения, ключевые компетентности, совокупность моральных норм и принципов поведения людей по отношению к обществу и другим людям; правовые нормы, регулирующие отношения людей во всех областях жизни общества; система гуманистических и демократических ценностей.

Рассматривая рабочую программу по обществознанию в 10 – 11 классе, можно выделить следующие разделы/темы, включающие в себя разрешение сложных жизненных ситуаций. [38].

1. Человек и общество;
2. Основные сферы общественной жизни;

4. Социальная сфера;
5. Проблемы социально-политической и духовной жизни (Человек в системе общественных отношений);
6. Правовое регулирование общественных отношений.

Также в 2015/2016 учебном году 3 педагогических работника прошли курсы повышения квалификации на базе ГАОУ ДПО Свердловской области Института развития образования в Екатеринбурге по программе «Социализация детей, находящихся в трудной жизненной ситуации».

Таким образом проанализировав работу в школе МАОУ СОШ №26 по подготовке преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности, можно сделать следующий вывод, уделяется недостаточное внимание подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во время образовательной деятельности (на уроках основы безопасности жизнедеятельности; обществознание) и практически не захватывают во внеурочной деятельности.

2.2. Первичная диагностика подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности

Изучение подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций осуществлялось в несколько этапов.

На первом этапе исследования при помощи анализа документов и контент-анализа нами были систематизированы и изучены материалы предыдущей деятельности образовательного учреждения по подготовке старших подростков к сложным жизненным ситуациям. Как указано в параграфе 2.1., данное направление в МАОУ СОШ №26 в основном осуществляется в образовательной деятельности в рамках предметов основы безопасности жизнедеятельности и обществознание соответствующими

педагогическими работниками.

Также школа сотрудничает с Муниципальным бюджетным учреждением Екатеринбургским Центром психолого–педагогической поддержки несовершеннолетних «Диалог», специалисты которого оказывают социально–педагогическую и психолого–педагогическую поддержку несовершеннолетним, оказавшимся в сложной жизненной ситуации. Посредником между обучающимся, нуждающимся в помощи, и специалистом центра выступает заместитель директора по воспитательной работе.

На втором этапе было проведено исследование подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций средиобучающихся МАОУ СОШ №26. В процессе эмпирического исследования происходило изучение когнитивной и психологической готовности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций с помощью соответствующих методов: анкетирование, тестирование.

Метод анкетирования представляет собой метод эмпирического исследования, основанный на опросе значительного числа респондентов, который используется для получения информации о типичности каких–либо явлений [29].

Тестирование является методом изучения личности путем применения стандартизированных вопросов и задач, имеющих определенную шкалу значений, призванных дополнять данные психологического или педагогического анализа, а также применяется в качестве метода измерения и оценки психологических качеств и состояний индивида [18].

Для этого применялись следующие диагностические методики:

1. Методики изучения стратегий преодоления жизненных проблем адаптированный А.Г. Грецовым (приложение 1)
2. Диагностика уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям Е.В. Мишуриной (приложение 2).
3. Анкета «Готовность старших подростков к преодолению сложных

жизненных ситуаций» И.Р.Конжин (приложение 3).

Подбор методик осуществлялся по возрастному принципу. Основной для нашего исследования является диагностика Е.В.Мишуриной, т.к. она апробирована на российской выборке, две остальные являются вспомогательные, позволяющие полно охарактеризовать полученные данные по основной методике.

В исследовании принимали участие обучающиеся 10 класса, в возрасте 16-17 лет.

Первый уровень характерен тем, чтобы провести оценку психологической готовности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций. Предлагаются различные способы решения, встающие перед респондентом жизненных проблем. Нужно отметить применимо ли каждое из этих утверждений к ним в ситуациях, когда они сталкиваются с серьезными проблемами.

Интерпретация результатов производится с помощью суммирования баллов по трем шкалам: шкала «разрешение проблемы»; шкала «поиск поддержки других людей»; шкала «избегание проблем».

После обработки результатов были получены следующие данные. По шкале разрешения проблемы определено, что 50% обучающихся имеют низкий уровень способности разрешения проблем, 10% – ниже среднего, 20% – средний уровень, 20% – высокий (рис. 1).



Рисунок 1. Данные по шкале разрешения проблемы

Результаты, выявленные в ходе обработки данных по шкале поиска поддержки других людей, демонстрируют следующее: 45% старших подростков, обучающихся в МАОУ СОШ №26, имеют низкий уровень поиска поддержки других людей, 15% – ниже среднего, 25% – средний уровень, 15% – высокий (рис. 2).

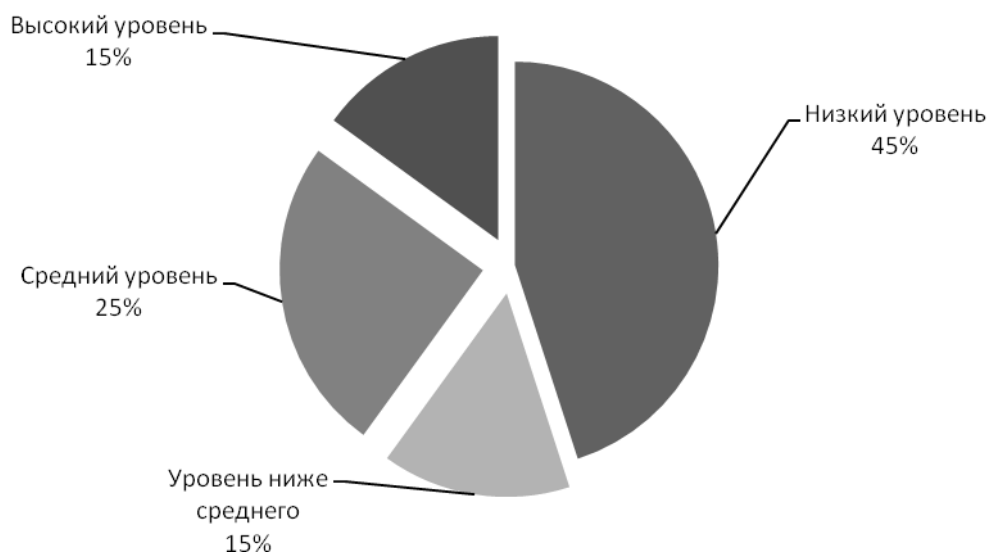


Рисунок 2. Данные по шкале поиска поддержки других людей

По шкале избегания проблемы определено, что 20% имеют низкий уровень избегания проблемы, 20% – ниже среднего уровня, 35% – средний уровень, 25% – высокий уровень (рис. 3).

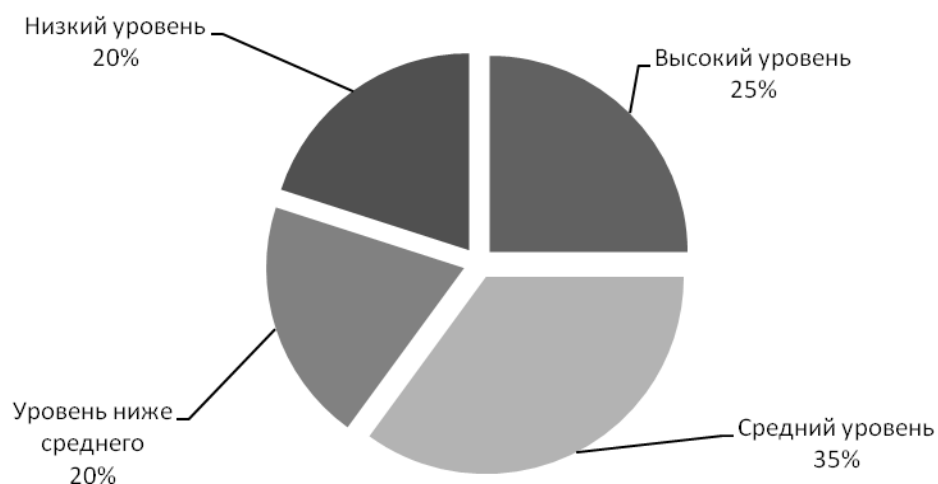


Рисунок 3. Данные по шкале избегания проблемы

Таким образом, изучение Стратегий преодоления жизненных проблем показывает, что большинство старших подростков не умеют решать проблемы, не обращаются за помощью к другим людям, и также стараются избегать проблем, а не искать их решения.

Второй уровень характерен тем, чтобы выявить насколько респондент готов самостоятельно противостоять трудным жизненным ситуациям, с которыми он столкнулся в повседневной жизни за последние шесть месяцев.

Результаты представляются в виде трех уровней в соответствии с набранным количеством баллов: высокий уровень; средний уровень; низкий уровень.

После обработки результатов были получены следующие данные: высокий уровень – 25%, средний уровень – 63%, низкий уровень – 12% (рис. 4).

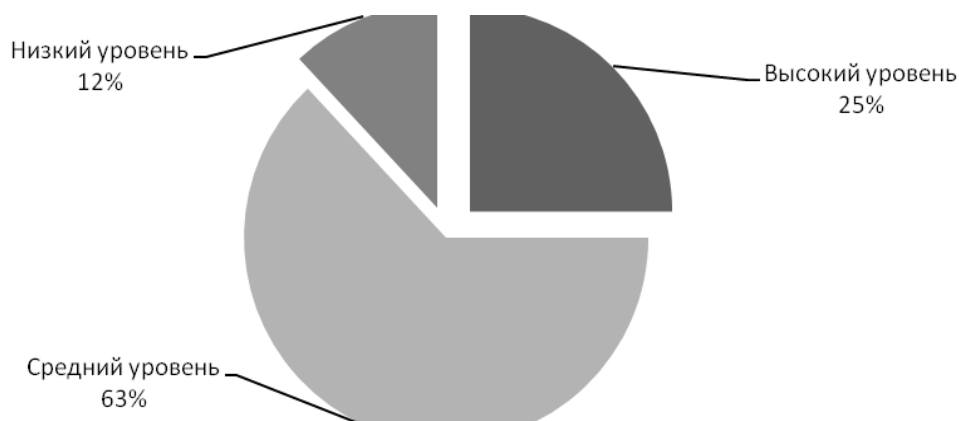


Рисунок 4. Результаты диагностики уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям

Таким образом, большинство обучающихся имеют средний уровень готовности противостоять трудным жизненным ситуациям, что подтверждает недостаточную готовность их преодоления.

Третий уровень характерен тем, что нами было разработано и проведено анкетирование по выявлению готовности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.

В результате анкетирования были получены следующие результаты.

На вопрос «Попадали ли Вы в сложные жизненные ситуации?» респонденты отвечали:

- попадали – 100%;
- не попадали – 0%;
- затрудняюсь ответить – 0%.

Все обучающиеся 10 класса МАОУ СОШ №26, по их мнению попадали в сложные жизненные ситуации.

Вторым вопросом анкеты был вопрос «Какие из перечисленных ситуаций для Вас являются сложными?» предполагалась возможность выбора нескольких вариантов ответа и показал следующие результаты:

- ссоры и ухудшение взаимоотношений с родителями, родственниками, друзьями и педагогами – 50%;
- непринятие в коллективе сверстников – 70%;
- необходимость «подчинения» коллективу сверстников в социально неодобряемых поступках – 30%;
- ситуации, опасные для жизни здоровья – 100%;
- переживания за родственников, близких, друзей – 50%.

Также на данный вопрос респонденты могли предложить свой вариант ответа, этим воспользовались 20% обучающихся. Ими были предложены следующие варианты ответов: сдача экзаменов и поступление в вузы, попадание в «группы смерти», не соответствие чужим ожиданиям, не соответствие своим ожиданиям, не достаточно денег на карманные расходы, изъяны внешности.

Таким образом, большинство старшеклассников, принимавших участие в анкетировании, считает сложными жизненными ситуациями ситуации опасные для жизни и здоровья, на втором месте находится непринятие сверстниками, что показывает наибольшую значимость данных проблемных ситуаций для старших подростков, это может быть связано с возрастными особенностями респондентов и индивидуальными особенностями.

Вопрос «К кому обращались за помощью для преодоления сложной жизненной ситуации?» показал следующее:

- обращался за помощью к родителям – 25%;
- обращался за помощью к друзьям – 30%;
- обращался за помощью к профессионалам – 0%;
- не обращался за помощью – 45%.

Таким образом, большинство обучающихся 10 класса не обращались за помощью, на втором месте располагается ответ «друзья», обращение за помощью в сложной жизненной ситуации к родителям находится на третьем месте, за профессиональной помощью (к классному руководителю, к

социальному педагогу, педагогу– психологу и др.) обучающиеся не обращались.

Результат данного вопроса показывает, что большинство старших подростков переживают ситуацию в себе, а также боятся обращаться к взрослым за помощью.

На вопрос «Нашли ли выход из сложной жизненной ситуации?» респонденты ответили:

- «Нашли» – 20%;
- «Не нашли» – 50%;
- «Затрудняюсь ответить» – 30%.

Таким образом, большинство респондентов не сумели найти выход из сложной жизненной ситуации, на втором месте ответ «затрудняюсь ответить», что также показывает сомнение обучающихся в решении проблемы и выходе из сложившейся ситуации, наименьшее число респондентов, по их мнению, смогли преодолеть сложную жизненную ситуацию.

Вопрос, отражающий удовлетворенность старших подростков полученной помощью показал следующие результаты:

- удовлетворены – 30%;
- неудовлетворенны – 70%;
- затрудняюсь ответить – 0%.

Таким образом, все участники анкетирования дали однозначные ответы: большинство респондентов неудовлетворенны полученной помощью. Удовлетворены полученной помощью меньшее число респондентов. В соответствии с вопросом «К кому обращались за помощью для преодоления сложной жизненной ситуации?» данные ответы могли быть получены в следствие того, что помощь в сложной жизненной ситуации оказывалась не квалифицированными профессионалами, а ближайшим окружением подростка.

На вопрос анкеты «Есть ли риск повторно попасть в сложную жизненную ситуацию?» респонденты отвечали:

- да – 80%;
- нет – 0%;
- затрудняюсь ответить – 20%.

Наличие данных рисков показывает отсутствие навыков по разрешению и способности к дифференциации сложных жизненных ситуаций старшими подростками.

Последним вопросом анкеты был вопрос «Готовы ли к преодолению сложных жизненных ситуаций». На него были получены следующие варианты ответа:

- да – 5%;
- нет – 80%;
- затрудняюсь ответить – 15%.

Данный вопрос показывает отсутствие готовности старших подростков, участвующих в диагностике, к преодолению сложных жизненных ситуаций.

Таким образом, на основе проведенной диагностики можно сделать вывод, что старшие подростки не подготовлены к преодолению сложных жизненных ситуаций, они имеют риск повторного попадания в такого рода ситуации, большинство из респондентов не обращаются за помощью к кому-либо в силу низкой осведомленности, кто может в этом помочь, а также страха быть непонятыми. Данный факт показывает необходимость подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.

2.3. Программа подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности

Для того чтобы подросток правильно и верно мог преодолеть сложную жизненную ситуацию, мы разработали программу, учитывая недостатки, выявленные в процессе анализа, которая будет в помощь и научит формированию стратегий поведения старших подростков, способствующих

конструктивному выходу из сложных жизненных ситуаций грамотно в выборе дальнейшего жизненного плана.

В соответствии с ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» №273–ФЗ образовательная программа представляет собой комплекс основных характеристик образования, организационно–педагогических условий и форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, а также оценочных и методических материалов [53].

В соответствии с пунктом 18.2.2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897) программы должны обеспечивать достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Программа должна включать в себя ряд компонентов и иметь следующую структуру:

- пояснительная записка;
- объем программы;
- учебный план или календарный учебный график (модули программы);
- содержание программы; планируемые результаты; оценочные материалы (если такие предусмотрены);
- методические материалы; иные компоненты.

В связи с тем, что в основной образовательной программе МАОУ СОШ №26 не предусмотрен компонент подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций, мы предлагаем вынести его во внеурочную деятельность.

Программа подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций ориентирована на обучающихся 10– 11 классов.

Цель программы: подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций через формирование стратегий конструктивного поведения.

Задачи:

1. Расширение системы знаний о сложных жизненных ситуациях.
2. Формирование социальных навыков старших подростков, личностных ресурсов и умений, навыков рефлексии и эмпатии.
3. Развитие групповых структур и процессов, поддержание благоприятного климата коллектива старших подростков, совершенствование внутригруппового взаимодействия, атмосферы доверия и взаимоуважения между членами коллектива.
4. Расширение репертуара конструктивных поведенческих стратегий, способствующих выходу из сложных жизненных ситуаций.

Программа основывается на реализации трех компонентов:

1. Когнитивный компонент (содержит в себе знания о сложных жизненных ситуациях, теоретический материал о способах преодоления сложных жизненных ситуаций, обобщенную систему представлений субъектов сложных жизненных ситуаций о себе и других участниках ситуации).
2. Деятельностный компонент (включает в себя конструктивные поведенческие стратегии в преодолении сложных жизненных ситуаций, взаимодействие и сотрудничество с малой социальной группой (родители, сверстники, педагоги и др.), постановка целей в совместной деятельности и ориентация на результат).
3. Рефлексивный компонент (способность самооценки личности, уровень ее само регуляции, расширение уровня самопознания и самореализации, способность оценивать свое поведение, деятельность, поступки и проектировать условия их изменения и регуляции).

Программа рассчитана на один год обучения, занятия проводятся один раз в неделю (табл. 2). Если возникает необходимость, количество занятий

может увеличиваться по определенным темам или запросам обучающихся в зависимости от ситуации и необходимости более подробного изучения каких-либо тем или тренировки определенных навыков. Также при необходимости могут осуществляться индивидуальные беседы и консультации со специалистами.

Таблица 2

Объем программы подготовки старших подростков к преодолению
сложных жизненных ситуаций

Категория обучающихся	Количество часов		
	В неделю	В месяц	В год
10-11 класс	1	4	36 час

Учебный план или модули программы составляется в соответствии с запросом обучающихся (их интересов, и того, что вызывает затруднения) и результатами вводной диагностики (тестирования и анкетирования), указанных в предыдущем параграфе (табл. 3). На основании этого подбираются наиболее актуальные и приемлемые для данного возраста сложные жизненные ситуации и подбираются способы их преодоления.

Таблица 3

Основные модули программы

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		лекции	практические
1	Теоретические основы сложных жизненных ситуаций	1	0
2	Сложные жизненные ситуации и способы их преодоления	2	10
3	Взаимодействие с коллективом	1	4
4	Моя индивидуальность	1	4
5	Развитие личностных ресурсов	1	4
6	Конструктивные поведенческие стратегии	1	4
7	Рефлексия и эмпатия	1	1
8	Итоговый контроль		1
	Итого	8	28
	Всего	36	

Содержание программы включает себя общую информацию, включенную

в разделы программы.

1. Теоретические основы сложных жизненных ситуаций. Понятие сложной жизненной ситуации, причины сложных жизненных ситуаций. Куда обратиться в случае сложной жизненной ситуации, психолого-педагогическая поддержка несовершеннолетних, телефон доверия, социально-психологическая служба школы.

2. Сложные жизненные ситуации и способы их преодоления. Виды сложных жизненных ситуаций: отношения с родственниками, сверстниками, педагогами; непринятие в коллективе сверстников; соблазн социально неодобряемых поступков (алкоголизм, табакокурение, наркомания, вандализм и др.); несоответствие своим и чужим ожиданиям; ситуации, опасные для жизни и здоровья; переживания за близких и друзей; сдача ЕГЭ и поступление в вуз, «группы смерти» и др. Способы преодоления различных видов сложных жизненных ситуаций. Разрешение проблемных и стрессовых ситуаций.

3. Взаимодействие с коллективом. Формирование и развитие групповых структур и процессов, создание и поддержание благоприятного микроклимата в учебном коллективе, совершенствование внутригруппового и межличностного взаимодействия, атмосферы доверия и взаимоуважения между обучающимися. Способы взаимодействия с новым коллективом. Формирование навыков общения и взаимодействия. Групповое давление.

4. Моя индивидуальность. Способы нахождения и раскрытия в себе главных индивидуально-личностных особенностей, определение личностных потребностей. Способность выражать свою точку зрения. Актуализация личностных ресурсов. Сильные и слабые стороны личности, положительные и отрицательные черты личности, их влияние на выбор поведенческих стратегий. Уверенность в себе. Отношение к самому себе, самооценка, саморазвитие и личностный рост.

5. Развитие личностных ресурсов. Компоненты личностных ресурсов: когнитивный компонент (отражает степень понимания поступков и

деятельности окружающих, знание их проблем; способность предвидеть поведение в конкретных ситуациях). Эмоциональный компонент (представляет собой отношение к окружающим способность личности чувствовать переживания оппонента и правильно их отражать). Поведенческий компонент (связан со степенью диалогичности оппонентов, с их умениями организовывать и реализовывать совместные формы деятельности). Личностный адаптационный потенциал.

6. Конструктивные поведенческие стратегии. Копинг-стратегии. Реализация копинг-стратегий поведения: поведенческая, когнитивная, эмоциональная сферы. Виды копинг-стратегий поведения с учетом степени их адаптивных возможностей: адаптивные, относительно адаптивные, неадаптивные. Базисные стратегии копинг-поведения: разрешение проблем; поиск социальной поддержки; избегание.

7. Рефлексия и эмпатия. Формирование навыков самооценки, эмпатии, умения принимать и оказывать поддержку, разрешения конфликтных ситуаций. Самооценка и отношение к другим людям. Принятие себя и другого как личности. Я-концепция; развитие уверенности в себе через любовь, закрепление благоприятного отношения к себе через самоанализ.

8. Итоговый контроль. Выполнение диагностических методик: Методики изучения стратегий преодоления жизненных проблем адаптированный А.Г. Грецовым, диагностики уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям Е.В. Мишуриной, анкеты «Готовность старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций». Анализ эффективности программы.

Программа включает следующие формы и методы работы:

- групповая работа;
- подгрупповая работа;
- индивидуальная работа;
- групповая дискуссия (способствует повышению мотивации и

вовлеченности участников в решение обсуждаемой проблемы);

- наблюдение (способ повышения собственной компетентности)
- мини-лекции;
- «мозговой штурм»;
- психогимнастика, элементы медитации;
- психодрама, ролевые игры;
- арттерапевтические методики;
- игровые упражнения.

В работе со старшими подростками предпочтение отдается групповой форме работы, так как группа представляет собой прототип реальной жизни, где подросток проявляет ту же модель отношений, установок, ценностей, аналогичные способы эмоционального реагирования и поведенческие реакции, каждый участник имеет возможность проявить себя, а организованная в группе система обратной связи позволяет подростку адекватнее и глубже познать и понять самого себя, увидеть собственные деструктивные отношения и установки, эмоциональные поведенческие стереотипы, проявляющиеся в межличностном взаимодействии, и изменить их в атмосфере доброжелательности и взаимного принятия.

Планируемые результаты программы:

- знать понятие и виды сложных жизненных ситуаций, способы их решения;
- применять социальные навыки, личностные ресурсы и умения при разрешении сложных жизненных ситуаций, использовать навыки рефлексии и эмпатии, поддержания благоприятного климата коллектива сверстников, совершенствования внутригруппового взаимодействия, атмосферы доверия и взаимоуважения между членами коллектива;
- уметь использовать конструктивные поведенческие стратегии, способствующих выходу из сложных жизненных ситуаций.

Для оценки усвоения материала и готовности старших подростков к

преодолению сложных жизненных ситуаций предлагается использовать диагностические методики, применяемые для изучения подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций:

– методика изучения стратегий преодоления жизненных проблем адаптированный А.Г. Грецовым;

– диагностика уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям Е.В. Мишуриной,

– анкета «Готовность старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций».

При реализации данной программы используются различные учебно-методические материалы, а также материально-техническое и методическое обеспечение образовательного процесса, такие как: ноутбук, проектор или интерактивная доска, видео-ролики (фильмы, телепередачи по теме), блокноты для записи; писчая бумага, ватман, краски, кисти, маркеры, стикеры.

Занятия по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций проводятся один раз в неделю в течение учебного года. Занятия целесообразно проводить не в учебном классе, а в более неформальной обстановке. Группу подростков, как правило, располагают в кружок, сидя на стульях или на ковре. Обучающиеся – члены группы – имеют возможность активно принимать участие в работе группы: высказывают собственное мнение, не подвергаясь критике, участвуют в активном обсуждении поднимаемых на занятии вопросов и проблемных ситуаций, в упражнениях, «мозговом штурме», групповых дискуссиях. Участие подростков является добровольным. Ведущий – педагог не принуждает обучающихся при их отказе отвечать на вопросы или выполнять упражнения, но всячески поощряет проявление их активности.

Занятия имеют структуру, каждый этап имеет определенные по времени границы:

1. Приветствие (до 5 минут) – начало работы. На данном этапе необходимо обозначит цель работы, задать обеспечить максимально

комфортные условия работы для участников, организовать знакомство с новыми участниками.

2. Разминка (до 5 минут) – создание благоприятного эмоционального климата группы, комфортного нахождения в коллективе, объединение и сплочение коллектива участников, создание условий для совместной деятельности и взаимодействия подростков, формирование межличностных связей.

3. Основная часть (20 минут) – работа по теме занятия, включающая в себя различные формы работы (ток-шоу, «мозговой штурм», мини-лекции, игры и др.), основная задача педагога – передать необходимый материал в доступной и интересной для подростков форме, способствовать овладению новыми умениями и навыками, основанных на полученных знаниях.

4. Завершение занятия (до 5 минут) – подведение итогов занятия, рефлексия. На данном этапе необходимо способствовать завершению занятия в позитивном настроении.

5. Прощание (до 5 минут) – осуществляется эмоциональная поддержка участников, мотивация к следующему занятию.

На основе теоретических и полученных эмпирических данных мы разработали программу подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности, которая направлена на формирование стратегий поведения старших подростков, способствующих конструктивному выходу из сложных жизненных ситуаций.

Заключение

В данной выпускной квалификационной работе были раскрыты теоретические основы подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности, также была проведена опытно–поисковая работа по данному направлению.

Реализуя поставленные в ходе исследования задачи, было выяснено следующее: сложной жизненной ситуацией являются такие условия, которые нарушают жизнедеятельность человека воздействие которых может привести в положение, представляющее опасность для его жизни и здоровья, вследствие чего он может нуждаться в поддержке и помощи кого-либо со стороны для решения своей проблемы; несовпадение между желаниями и способностями личности.

Старший подростковый возраст представляет собой старший школьный возраст, возрастные границы которого составляют 15-17 лет. Ведущий вид деятельности – учебно-профессиональная, в процессе которой формируются новообразования, к которым относят мировоззрение, профессиональные интересы, самосознание, мечты и идеалы. Главной личностной особенностью является появление жизненных планов, готовность к социальному построению собственной жизни.

Преодоление трудностей начинается при столкновении старшего подростка с препятствиями, угрозами или требованиями, которое проходит в три стадии: первичная (когнитивная и аффективная) оценка ситуации, вторичная оценка альтернативных возможностей решения проблемы и третичная оценка, то есть переосмысление ситуации и выбор новых альтернатив поведения.

В настоящее время в педагогической литературе подчеркивается значимость своевременной подготовки старших подростков к преодолению

жизненных сложностей, рассматриваются отдельные характеристики данного процесса. Одним из таких способов выступает внеурочная деятельность.

Подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности может реализовываться в различных формах лекция, семинар, деловая игра. К методам, применяемым в работе по подготовке к преодолению сложных жизненных ситуаций можно отнести: проблемные методы, кейс-метод, деловая игра, тренинги, метод проектов, средствами подготовки старших подростков могут являться технические средства обучения, печатные ресурсы, аудиовизуальные средства и др.

Опытно–поисковая работа по подготовке старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций во внеурочной деятельности осуществлялась в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школы №26 (далее МАОУ СОШ №26) расположена по адресу 620082, г. Екатеринбург, ул. Трубачева, 76. Изучение опыта образовательного учреждения показал, что недостаточно внимания уделяется данной работе.

Было проведено исследование подготовленности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций среди обучающихся МАОУ СОШ №26. В процессе эмпирического исследования происходило изучение когнитивной и психологической готовности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций с помощью соответствующих диагностических методик: Методики изучения стратегий преодоления жизненных проблем адаптированный А.Г. Грецовым, Диагностика уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям Е.В. Мишуриной, Анкета «Готовность старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций»И.Р.Конжин.

На основе проведенной диагностики был сделан вывод, что старшие подростки не подготовлены к преодолению сложных жизненных ситуаций, они имеют риск повторного попадания втакого рода ситуации, большинство из

респондентов не обращаются за помощью к кому–либо в силу низкой осведомленности, кто может в этом помочь. Данный факт показывает необходимость их подготовки к преодолению сложных жизненных ситуаций.

Для подготовки старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций была разработана соответствующая программа, она реализуется во внеурочной деятельности и ориентирована на обучающихся 10–11 классов. Цель программы: подготовка старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций через формирование стратегий конструктивного поведения.

Программа основывается на реализации трех компонентов: когнитивный компонент (содержит в себе знания о сложных жизненных ситуациях, теоретический материал о способах преодоления сложных жизненных ситуаций, обобщенную систему представлений субъектов сложных жизненных ситуаций о себе и других участниках ситуации). Деятельностный компонент (включает в себя конструктивные поведенческие стратегии в преодолении сложных жизненных ситуаций, взаимодействие и сотрудничество с малой социальной группой (родители, сверстники, педагоги и др.), постановка целей в совместной деятельности и ориентация на результат). Рефлексивный компонент (способность самооценки личности, уровень ее саморегуляции, расширение уровня самопознания и самореализации, способность оценивать свое поведение, деятельность, поступки и проектировать условия их изменения и регуляции).

Таким образом, цель работы достигнута, гипотеза подтверждена.

Список использованной литературы

1. Агеева Л. Г., Костюнина Е. А. Взаимосвязь психических состояний и особенностей межличностного общения старших подростков сельской школы // Молодой ученый. 2015. №23. С. 864-868.
2. Агеева А.Н. Психолого-педагогическое сопровождение развития личности подростков и молодежи, оказавшихся в трудной жизненной ситуации. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie-razvitiya-lichnosti-podrostkov-i-molodyozhi-okazavshih-sya-v-trudnoy-zhiznennoy-situatsii> (дата обращения 11.07.2017).
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. 2-е изд. М.; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1997. 351 с.
4. Большой энциклопедический словарь. URL.: <http://slovari.299.ru> (дата обращения 20.02.2017).
5. Василевская К.Н. Трудная жизненная ситуация: проблема определения и диагностики // Социальные технологии, исследования. 2004. №1. С.57-60.
6. Василюк Ф.Е. психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.: Издательство Московского университета 1984. 200 с.
7. Свободная энциклопедия. URL.:<http://ru.wikipedia.org/> (дата обращения 1.09.2017).
8. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Эксмо, 2006. 1136 с.
9. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. / М.: Просвещение, 2010. 223 с.
10. Давлетчина С.Б. Словарь по конфликтологии. Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ, 2005. 100 с.
11. Дереклеева Н. И. Классный руководитель основные направления деятельности. М.: Вербум, 2001. 64 с.
12. Дмитриев В.Д. Толковый словарь русского языка. Панова.

URL.:<http://dic.academic.ru/dic.nsf/dmitriev/> (дата обращения 03.06.2017).

13. Долгова В.И. Из опыта работы факультета психологии ЧГПУ по профилактике аддитивного поведения // Профилактика потребления психоактивных веществ в молодежной среде. 2002. № 11. С. 116-117.

14. Дубинко Н.А. Влияние когнитивных процессов на проявление агрессивности в подростковом возрасте. // Вопросы психологии. 2000. №1. С. 53-57.

15. Дубинец Л. А. Внеурочная деятельность как средство достижения воспитательных результатов в условиях начальной школы // Молодой ученый. 2015. №1.2. С. 13-16.

16. Ильдейкина Д.В. Трудная жизненная ситуация. URL: <http://www.scienceforum.ru/2016/1561/19712> (дата обращения 09.07.2017).

17. Кибальник А.В. Проблема овладения студенческой молодежью конструктивными стратегиями преодоления сложных жизненных ситуаций: опыт эмпирического исследования URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-ovladieniya-studencheskoj> (дата обращения 16.07.2017).

18. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Словарь по педагогике. М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов-н/Д.: Изд. центр «МарТ», 2005. 448 с.

19. Кожнин И.Р. Педагогические условия подготовки старшеклассников к преодолению сложных жизненных ситуаций. URL: <http://www.dissercat.com/content/pedagogicheskie-usloviya-podgotovki-starsheklassnikov-k-preodoleniyu-slozhnykh-zhiznennykh-s> (дата обращения 12.07.2017).

20. Концепциядуховно-нравственного воспитания и развитияобучающихсяURL: <https://infourok.ru/duhovnonravstvennoe-vozpitanie-uchaschihsya-v-usloviyah-realizacii-konceptii-fgos-454960.html> (дата обращения 19.06.2017).

21. Кузина И. Г. Теория социальной работы. Владивосток: Изд-во ДВГТУ,

2006. 232 с.

22. Формирование юношеского мировоззрения. Информационный портал. URL: <https://studfiles.net/preview/6177755/page:26/> (дата обращения 23.03.2016).

23. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования <https://eknigi.org/zdorovie/38000-yemocionalnyj-stress.html>

24. Лотова А.А. Внеурочная деятельность как важное условие реализации ФГОС нового поколения. URL: <https://multiurok.ru/files/vnieurochnaia-dieiatelnost-kak-vazhnoie-usloviie.html> (дата обращения 05.05.2017).

25. Малеева Т.М., Рагозина Л.Г. Социологический анализ современных форм социальной адаптации лиц, находящихся в сложной жизненной ситуации, и разработка предложений по социальному обслуживанию. URL: <http://www.ranepa.ru/images/insap/insap/analiz-form-adaptacii.pdf> (дата обращения 11.07.2017).

26. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития. М.: Академия, 2007. 640 с.

27. Национальный стандарт Российской Федерации «Социальное обслуживание населения. Термины и определения», утвержденном Приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 30 декабря 2005 г. № 532-ст. URL: <http://legalacts.ru/doc/gost-r-52495-2005-natsionalnyi-standart-rossiiskoi-federatsii/> (дата обращения 22.08.2017).

28. Новейший психолого-педагогический словарь авт.-сост. Р.С. Рапацевич. Минск: Современная школа, 2010. 928 с.

29. Образцов П. И. Методы и методология психолого-педагогического исследования. СПб.: Питер, 2004. 268 с.

30. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Изд.: Академия, 2012. 288С.

31. Палагина Н. Н. Психология развития и возрастная психология. М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. 288 с.

32. Педагогика: учебник для студ. пед. вузов и пед. колледжей / под ред. П.

И. Пидкасистого. М.: Педагогическое общество России, 2002. 608 с.

33. Подросток и общество. Информационный портал. URL: <http://podrostok.68edu.ru/?p=2444> (дата обращения 12.07.2017).

34. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011г. № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования». <http://legalacts.ru/doc/pismo-minobrnauki-rf-ot-12052011-n-03-296/> (дата обращения 20.09.2017).

35. Положение о внеурочной деятельности Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №26 (рукопись).

36. Программа профилактической деятельности Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №26 «Все цвета, кроме черного» (рукопись).

37. Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс» Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №26 (рукопись).

38. Рабочая программа Обществознание 10-11 класс Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №26 (рукопись).

39. Раздел доклада Дети в трудной жизненной ситуации: профилактика неблагополучия. Москва: Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации URL: <http://www.demoscope.ru/weekly/2014/0609/analit01.php> (дата обращения 20.07.2017).

40. Российская педагогическая энциклопедия. Под ред. В. Г. Панова. URL.: <http://didacts.ru/dictionary/1041/word/metod-proektov> (дата обращения 03.02.2017).

41. Рогова Г.А. Элективные курсы как содержательная основа обучения.

URL: http://vio.uchim.info/Vio_58/cd_site/articles/art_4_7.htm (дата обращения 05.05.2017).

42. Самыкина Н.Ю. Разработка программы вторичной профилактики наркомании в старшем подростковом возрасте URL.: <http://www.studfiles.ru/preview/399040/> (дата обращения 05.03.2017).

43. Скотарева Е.М. Психолого-педагогическая коррекция: теоретико-методологический аспект URL.: http://www.studmed.ru/view/skotareva-em-psihtologo-pedagogicheskaya-korreksiya-teoretiko-metodologicheskiiy-aspekt_c0815145790.html (дата обращения 6.05.2017).

44. Слостенин В.А. Педагогика. URL: <http://www.bibliotekar.ru/pedagogika-3-2/index.htm> (дата обращения 22.05.2017).

45. Словарь Л. С. Выготского / под ред. Леонтьева А.А. М.: ОЛМА Медиа-Групп, 2007. 119 с.

46. Словарь Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шести томах. Ред.-сост. Л.А. Карпенко. Под общ.ред. А.В. Петровского. М.: ПЕР СЭ, 2006. 176 с.

47. Тонкушина К.В. Влияние трудной жизненной ситуации на формирование психологической защиты личности URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-trudnoy-zhiznennoy-situatsii-na-formirovanie-psihtologicheskikh-zaschit-lichnosti> (дата обращения 20.07.2017).

48. Трудная жизненная ситуация подростков. URL: <https://docviewer.yandex.ru/?lang=ru&name=factory-vliyaniya-na-sotsializatsiyu-podrostkov-v-usloviyah-trudnoy-zhiznennoy-situatsii.pdf&tm=1494061071&tld=ru&text=трудная%20жизненная%20ситуация%20подростка&url=http%3A%2F%2FCyberLeninka.ru%2Farticle%2Fn%2Ffactory-vliyaniya-na-sotsializatsiyu-podrostkov-v-usloviyah-trudnoy-zhiznennoy-situatsii.pdf&lr=54&mime=pdf&110n=ru&sign=fa7c7890a585d88608b209f2310e88eb&keyno=0> (дата обращения 18.08.2017).

49. Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения

средней общеобразовательной школы №26 (рукопись).

50. Учурова С. А. Групповая работа как способ развития социальной компетентности учащихся: Автореферат дисс. канд.пед. наук. Екатеринбург, 2007. 24 с.

51. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт: глоссарий. URL: <http://standart.edu.ru/> (дата обращения 19.05.2017).

52. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования URL: <http://минобрнауки.рф/документы/543> (дата обращения 19.06.2017).

53. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273 от 21.12.12. М.: Проспект, 2014. 160 с.

54. Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации от 24 июля 1998г., № 124-ФЗ URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/ (дата обращения 09.09.2017).

55. Федеральный закон Российской Федерации «О государственной социальной помощи» от 17 июля 1999. N 178-ФЗ URL: <http://legalacts.ru/doc/federalnyi-zakon-ot-17071999-n-178-fz-o/> (дата обращения 22.08.2017).

56. Федорова М.Ю. Нормативно-правовое обеспечение образования. М.: Академия. 2009.192 с.

57. Фурманов И.А. Детская агрессивность. Психодиагностика и коррекция. / И.А. Фурманов. М.: ВЛАДОС, 1999. 231 с.

58. Холостова Е.И. Глоссарий социальной работы. 2-е изд. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. 200с.

59. Хрестоматия – педагогический словарь библиотекаря, российская национальная библиотека, 2005-2007 URL.: <http://didacts.ru/dictionary/1013/word/problemnoe-obuchenie> (дата обращения 03.02.2017).

60. Щуркова Е.Н. Классный час – эффективная форма воспитания классного коллектива в системе воспитательной работы школы. URL: <https://studfiles.net/preview/2966813/> (дата обращения 18.08.2017).

61. Эльконин Д.Б.. Возрастная периодизация URL.: <http://www.studfiles.ru/preview/3005543/> (дата обращения 1.05.2017).

62. Эльконин А.Б. Детская психология. М.: Просвещение, 2006. 384 с.

63. Ядов В. А. Социологическое исследование: методология, программа, методы. URL.: <http://www.socioline.ru> (дата обращения 23.03.2017).

**Изучение стратегий преодоления жизненных проблем
(методика Д. Амирхан, модифицированная А.Г. Грецовым)**

Инструкция: в методике приведено 33 утверждения, описывающих различные способы, с помощью которых люди решают встающие перед ними жизненные проблемы. Отметь, пожалуйста, применимо ли каждое из этих утверждений к тебе в ситуациях, когда ты сталкиваешься с серьезными проблемами. Свои ответы обозначай одной из трех цифр:

0 – нет, это не про меня.

1 – иногда это про меня, иногда – нет.

2 – да, это точно про меня.

Пожалуйста, отвечай искренне – «правильных» и «неправильных» ответов здесь нет, каждый вариант свидетельствует о твоей индивидуальности. Отвечай быстро, не задумываясь слишком долго над вопросами; давай тот вариант, который первым приходит в голову.

Итак, «при возникновении проблемы я...»

1. Делюсь переживанием с другом.

2. Стараюсь сделать все от меня зависящее, чтобы наилучшим решить проблему.

3. Осуществляю поиск всех возможных решений, прежде чем что-либо предпринять.

4. Пытаюсь отвлечься от проблемы на что-нибудь другое.

5. Жду, что кто-нибудь проявит сочувствие ко мне.

6. Делаю все возможное, чтобы не дать окружающим возможности заметить, что мои дела плохи.

7. Обсуждаю ситуацию с людьми, так как это обсуждение помогает мне чувствовать себя лучше.

8. Ставлю для себя ряд целей, позволяющих постепенно справляться с ситуацией.
9. Очень тщательно взвешиваю все возможности решить эту проблему.
10. Мечтаю, фантазирую о лучших временах.
11. Пытаюсь различными способами разрешить проблему пока не найду наиболее подходящий.
12. Доверяю свои переживания другу или родственнику.
13. Больше времени, чем обычно, провожу в одиночестве.
14. Рассказываю людям о своей проблеме, так как только ее обсуждение помогает мне прийти к ее решению.
15. Все время думаю о том, что нужно сделать, чтобы исправить положение.
16. Сосредоточиваюсь полностью на решении проблемы.
17. Обдумываю про себя план действий.
18. Смотрю телевизор дольше, чем обычно, - это помогает мне отвлечься от переживаний.
19. Прошу кого-нибудь помочь мне.
20. Проявляю упорство и борюсь за то, что мне нужно делать в этой ситуации.
21. Избегаю общения с людьми, замыкаюсь в себе.
22. Переключаюсь на свои увлечения или занимаюсь спортом, чтобы отвлечься от проблемы.
23. Иду к другу, чтобы он помог мне лучше понять ситуацию.
24. Иду к другу за советом, как исправить ситуацию.
25. Принимаю сочувствие друзей и знакомых, у которых такая же проблема.
26. Сплю больше обычно.
27. Фантазирую о том, что все могло быть иначе.
28. Представляю себя героем книг или кино, которые успешно

преодолевают все трудности.

29. Пытаюсь решить проблему всеми способами, которые знаю.

30. Хочу, чтобы люди оставили меня одного.

31. Принимаю помощь от друга или родственника.

32. Ищу успокоение у тех, кому доверяю.

33. Пытаюсь тщательно планировать свое поведение, а не действовать под влиянием эмоций.

Интерпретация результатов:

Баллы суммируются отдельно по каждой из трех шкал.

Шкала «разрешение проблемы»: 2, 3, 8, 9, 11, 15, 16, 17, 20, 29, 33.

Шкала «поиск поддержки других людей»: 1, 5, 7, 12, 14, 19, 23, 24, 25, 31, 32.

Шкала «избегание проблем»: 4, 6, 10, 13, 18, 21, 22, 26, 27, 28, 30.

Если по какой-либо шкале набрано – 6 и меньше баллов – это низкий показатель, 7-10 – ниже среднего, 11-14 – средний, 15-18 – выше среднего, 19 и больше – высокий.

Диагностика уровня готовности противостоять трудным жизненным ситуациям (Е.В. Мишурина)

Диагностика представляет собой опросник, состоящий из 33 утверждений. Каждый из вариантов ответа оценивается от 1 до 3 баллов, полученные баллы суммируются. Результаты представляются в виде трех уровней в соответствии с набранным количеством баллов:

Познакомившись с утверждениями, вы можете определить, какие из предложенных вариантов обычно вами используются в повседневной жизни, и выбрать наиболее подходящий вариант ответа. Все ваши ответы останутся неизвестными посторонним. Попробуйте вспомнить об одной из серьезных проблем, с которыми вы столкнулись за последние 6 месяцев, которые заставили вас изрядно беспокоиться, и опишите эту проблему в нескольких словах. Теперь, читая нижеприведенные утверждения, берите один из трех наиболее приемлемых ответов для каждого.

	Да	Скорее да, чем нет	Нет
1. Позволяю себе поделиться чувством с другом	1	2	3
2. Стараюсь все сделать так, чтобы иметь возможность наилучшим образом решить проблему	3	2	1
3. Осуществляю поиск всех возможных решений, прежде чем что-то предпринять	3	2	1
4. Пытаюсь отвлечься от проблемы	3	2	1
5. Принимаю сочувствие и понимание от кого-либо	3	2	1
6. Делаю все возможное, чтобы не дать окружающим увидеть, что мои дела плохи	3	2	1

7. Обсуждаю ситуацию с людьми, так как обсуждение помогает мне чувствовать себя лучше	3	2	1
8. Ставлю для себя ряд целей, позволяющих постепенно справляться с ситуацией	3	2	1
9. Очень тщательно взвешиваю возможности выбора	3	2	1
10. Мечтаю, фантазирую о лучших временах	3	2	1
11. Пытаюсь различными способами решать проблему, пока не найду подходящий	3	2	1
12. Доверяю свои страхи родственнику или другу	3	2	1
13. Больше времени, чем обычно, провожу один	3	2	1
14. Рассказываю другим людям о ситуации, так как только ее обсуждение помогает мне прийти к ее разрешению	3	2	1
15. Думаю о том, что нужно сделать, чтобы исправить положение	3	2	1
16. Сосредотачиваюсь полностью на решении проблемы	3	2	1
17. Обдумываю про себя план действий	3	2	1
18. Смотрю телевизор дольше, чем обычно			
19. Иду к кому-нибудь (другу или специалисту), чтобы он помог мне чувствовать себя лучше	3	2	1
20. Стою твердо и борюсь за то, что мне нужно в этой ситуации	3	2	1
21. Избегаю общения с людьми	3	2	1
22. Переключаюсь на хобби или занимаюсь спортом, чтобы избежать проблем	3	2	1
23. Иду к другу за советом – как исправить ситуацию	3	2	1
24. Иду к другу, чтобы он помог мне лучше почувствовать проблему	3	2	1
25. Принимаю сочувствие, взаимопонимание друзей	3	2	1

26. Сплю больше обычного	3	2	1
27. Фантазирую о том, что все могло бы быть иначе	3	2	1
28. Представляю себя героем книги или кино	3	2	1
29. Пытаюсь решить проблему	3	2	1
30. Хочу, чтобы люди оставили меня одного	3	2	1
31. Принимаю помощь от друзей или родственников			
32. Ищу успокоения у тех, кто знает меня лучше			
33. Пытаюсь тщательно планировать свои действия, а не действовать импульсивно под влиянием внешнего побуждения			

Выводы об уровне готовности противостоять трудным жизненным ситуациям:

высокий уровень— 78-99 баллов;

средний уровень—41-77 баллов;

низкий уровень— 0-41 баллов.

Анкета «Готовность старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций» (И.Р.Конжин)

Инициативная группа студентов проводит социально-педагогическое исследование, целью которого является выявление готовности старших подростков к преодолению сложных жизненных ситуаций.

Заполнение анкеты не займет у Вас много времени. Опрос проводится анонимно. Внимательно прочитайте вопрос и варианты ответа на него. Обведите кружком один или несколько вариантов ответа, наиболее подходящих Вам. На вопросы, где не предлагается готовый вариант ответа, дайте свой вариант. Отвечать нужно подробно.

Укажите Ваш пол: **М** **Ж**

Возраст _____

1. Попадали ли Вы в сложные жизненные ситуации?

Попадали Не попадали Затрудняюсь ответить

2. Какие из перечисленных ситуаций для Вас являются сложными?

- Ссоры и ухудшение взаимоотношений с родителями, родственниками, друзьями и педагогами
- Неприятие в коллективе сверстников
- Необходимость «подчинения» коллективу сверстников в социально неодобряемых поступках
- Несоответствие своим ожиданиям
- Несоответствие чужим ожиданиям (родителей, педагогов, друзей)
- Ситуации опасные для жизни, здоровья
- Переживание за родственников, близких, друзей.
- Другое _____

3.К кому обращались за помощью дляпреодоление сложной жизненной ситуации?

- Не обращались за помощью
- К друзьям
- К родителям
- Профессиональная помощь (социальный педагог, педагог-психолог и др.)

4.Нашли ли выход из сложной жизненной ситуации?

Нашли Не нашли Затрудняюсь ответить

5.Вы удовлетворены полученной помощью?

Неудовлетворенны Удовлетворены Затрудняюсь ответить

6.Есть ли риск повторно попасть в сложную жизненную ситуацию?

Да Нет Затрудняюсь ответить 6 чел.

7.Готовы ли к преодолению сложных жизненных ситуаций?

Да Нет Затрудняюсь ответить

Благодарим за внимание!