

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: B4B0CEBB-7CBF-512A-2B11-BDE7C5382F42

Владелец: Варченко Марина Петровна

15.12.2022 11:52 (МСК)

М.П. Варченко

«31» августа 2022 год

ПЛАН

по формированию жизнестойкости обучающихся
МБОУ СОШ № 51 пгт Черноморского
МО Северский район

Срок реализации 2022 – 2023 учебный год

I. Паспорт Программы

Наименование Программы	Формирование жизнестойкости обучающихся МБОУ СОШ № 51 пгт Черноморского МО Северский район
Государственный заказчик, координатор Программы	МБОУ СОШ № 51
Цель и задачи Программы	<p><u>Цель:</u> - повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения.</p> <p><u>Задачи:</u> - оказание психолого – педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации; - формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе); - формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей; - организация и включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность</p>
Разработчики Программы	заместитель директора по ВР Лемайкина Е.Г.
Исполнители Программы	Администрация школы, классные руководители, учителя – предметники
Срок реализации Программы	2022 - 2023 учебный год
Этапы реализации Программы	<p>I этап: подготовительно-диагностический</p> <p>II этап: обучающий</p> <p>III этап: мониторинг</p>
Механизм управления реализацией Программы	<p>Контроль за реализацией Программы осуществляется:</p> <ul style="list-style-type: none"> - администрацией МБОУ СОШ № 51 - классными руководителями - родителями обучающихся

Модули Программы	<p>1.Профилактическая работа в классных коллективах.</p> <p>2.Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.</p> <p>3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.</p>
Прогнозируемые риски	<ul style="list-style-type: none"> - многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся и не зависящих от школьного образования(семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни); - недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований Программы; - недостаточная заинтересованность (полное отсутствие аинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного благополучия)
Показатели эффективности программы	<ul style="list-style-type: none"> - повышения уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств: -высокая адаптированность; - уверенность в себе; - независимость, самостоятельность суждений; - стремление к достижениям; - ограниченность контактов, самодостаточность

II. Пояснительная записка

2.1. Введение

Программа «Формирование жизнестойкости детей и подростков» разработана в соответствии с Приказом УО Администрации МО Северский район «О комплексе дополнительных мер по профилактике суицидального поведения в подростковой среде» № 1547 от 08.07.2016 г.

Программа определяет содержание, основные пути формирования жизнестойкости детей и подростков.

Программа направлена на совершенствование и систематизацию работы класса по нравственному воспитанию.

2.2. Актуальность

Актуальность данной Программы «Формирование жизнестойкости детей и подростков» определяется возрастающими потребностями нашего общества в поисках путей создания благоприятных условий для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути. Вопросы жизнестойкости личности имеют огромное практическое значение, поскольку устойчивость охраняет личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности.

Дезинтеграцию личности понимают как потерю организующей роли высшего уровня психики в регуляции поведения и деятельности, распад иерархии жизненных смыслов, ценностей, мотивов, целей. Жизнь современного человека протекает в условиях политических, информационных, социально-экономических угроз. Эти угрозы часто обуславливают трудные и экстремальные жизненные ситуации. Некоторые люди эти ситуации переживают как стрессовые, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

III. Содержание деятельности образовательного учреждения

3.1. Цель и задачи Программы

Цель:

- повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения

Задачи:

- оказание психолого – педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;

- формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

- формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;

- организация и включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность

3.2.Срок реализации Программы

2022- 2023 учебный год

3.3. Этапы реализации Программы

I этап: подготовительно-диагностический (август-сентябрь)

II этап: обучающий (ноябрь-апрель)

III этап: мониторинг (май)

Администрация

1. издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся;
2. включает в план воспитательной работы образовательной организации раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся»;
3. организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;
4. координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся;
5. осуществляет анализ и оценку результатов школьной Программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2021-2022 учебном году в соответствии с показателями эффективности;
6. осуществляет планирование работы на 2022-2023 учебный год;
7. организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом;
8. проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классный руководитель

1. определяет направления воспитательной работы в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;

2. планирует содержание классных часов, родительских собраний;
 3. организует просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся;
 4. проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы;
 5. организует включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность;
 6. осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности;
 7. проводит анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы;
 8. планирует работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе).
- 3.4. Принципы реализации Программы.

1. Принцип гуманности. Создание доброжелательной атмосферы, способствующей ориентации ребёнка на положительные действия и поступки; создание условий для свободного развития, самореализации самоактуализации.

2. Принцип творчества. Новые решения традиционных дел, поиск новых вариантов организации познавательной, спортивной, трудовой, практической деятельности.

3. Принцип социальной активности. Включение детей в активную организацию жизнедеятельности класса, развитие ценностных ориентаций.

4. Принцип индивидуальности. Отражение уникальности, неповторимости ученика. Помощь каждому ребёнку в личностном самоопределении.

5. Деятельностный принцип. Воспитывает не педагог, не нравоучения, а организация жизни детей, её живые уроки, которые образуют личностный опыт каждого воспитанника. Чем богаче классная (школьная) деятельность, тем сильнее она задевает сердца и души детей.

6. Принцип взаимоотношения. Взаимовосприятие, взаимные действия в отношении детей друг к другу.

7. Возрастной принцип. Знание половозрастных особенностей детей.

3.5. Формы и методы по реализации Программы:

Классные часы, практические занятия, деловые и ролевые игры, практикумы, тренинги, эстетические беседы, диспуты, встречи с интересными людьми, акции, экскурсии, походы, конкурсы, родительские собрания. Механизм реализации программы основывается на совершенствовании и активизации работы ОУ в процессе образования, воспитания и развития учащихся 11 – 17 лет.

3.6. Организационно- педагогические условия реализации Программы:

- ведение аналитической и диагностической деятельности (анкетирование, собеседование, тестирование, наблюдение, социологические исследования);
- организация и совершенствование ученического самоуправления;
 - организация системы сетевого взаимодействия, сотрудничества с культурными и образовательными учреждениями поселка (поселковая библиотека, ДК, ЦРТДЮ, ДЮСШ);
 - учет возрастных особенностей учащихся.

Возрастные особенности учащихся

Механизм реализации Программы основывается на совершенствовании и активизации работы ОУ в процессе образования, воспитания и развития учащихся 11 – 17 лет.

5 класс: (11-12 лет) – конец детства, период, непосредственно предшествующий подростковому. В это время дети в основном уравновешены, спокойны, они открыто и доверчиво относятся к взрослым, признают их авторитет, ждут от учителей, родителей, взрослых помощи и поддержки.

6 - 7 классы: (12-13 лет) – младший подростковый возраст. Это период повышенной активности, стремления к деятельности, значительного роста энергии школьника. Шестиклассники характеризуются резкой повышенной познавательной активностью и любознательностью.. В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни.

8-9 классы: (13-15 лет) – подростковый возраст. Это период повышенной активности, стремления к деятельности, значительного роста энергии школьника. Значимой особенностью мышления подростка является его критичность. У ребенка, который всегда и со всем соглашается, появляется свое мнение, которое он старается отстаивать.

10-11 классы: (16-17 лет) – юношеский возраст. Это время активного мировоззренческого поиска, центром которого становится проблема смысла жизни. И юноши и девушки весьма озабочены своей внешностью. Приобретают склонность к самоанализу и самокритике. В этом возрасте формируется восприятие и переживание природы, появляются духовные ценности.

3.7. Ожидаемые результаты. Эффекты.

Повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

- высокая адаптированность;
- уверенность в себе;
- независимость, самостоятельность суждений;
- стремление к достижениям;
- ограниченность контактов, самодостаточность

3.8. Риски и пути их преодоления

В ходе реализации Программы допустимы риски и неопределенности:

- многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни);
- недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований Программы;
- недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного благополучия)

IV.Список используемой литературы:

- Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002
- Вачков И., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников,- СПб, 2009.-111 с.
- Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС- полиграфия», 2009.
- Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.Барнаул, 2014,- 184 с.
- Прихожан А. М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.

Модуль 1.Профилактическая работа в классных коллективах в рамках внеурочной занятости, на классных часах»

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы: формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);

формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

При организации воспитательных мероприятий следует учитывать механизм развития психологических структур подростка, позволяющих превращать проблемные ситуации в новые возможности:

Показать возможности подростка, помочь их осмыслить, выбрать именно для себя должное, сформулировать цель, организовать деятельность в выбранном направлении.

Структура занятий

1. Упражнение для создания эмоционального настроения на занятие;
2. Работа в микрогруппах;

3. Мини-дискуссия;

4. Подведение итогов по схеме:

- Как менялось мое эмоционально состояние в течение занятия?
- Какой опыт приобретен в процессе занятия?
- Какой эпизод занятия запомнился (понравился, удивил) больше всего? Почему?

Условием успешности профилактической работы в классных коллективах является ее системный характер, диалоговое взаимодействие, безоценочное принятие личности подростков, отсутствие назидательности со стороны педагога.

Модуль 2. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.

Основная задача индивидуальной (групповой) работы с подростком, оказавшимся в трудной жизненной ситуации: сориентировать на поиски выхода из критических ситуаций или (что более реально) на изменение его отношения к ним. Эффективным методом работы является беседа, которая проводится по следующим этапам:

<i>Этапы беседы</i>	<i>Главные задачи этапа</i>	<i>Используемые приемы</i>
<i>Начальный этап</i>	<i>Установление эмоционального контакта с собеседником, взаимоотношений сопереживающего партнерства.</i>	<i>«Сопереживание», «Эмпатийное выслушивание»</i>
<i>Второй этап</i>	<i>Установление последовательности событий, которые привели к кризисной ситуации; снятие ощущения безвыходности ситуации</i>	<i>«Преодоление исключительности ситуации», «Поддержка успехами и достижениями», «Структурирование беседы», «Постоянное внимание к содержанию», «Определение конфликта»</i>
<i>Третий этап</i>	<i>Совместное планирование деятельности по преодолению кризисной ситуации</i>	<i>«Интерпретация». «Планирование», «Удержание паузы». «Фокусирование на ситуации»</i>
<i>Заключительный этап</i>	<i>Окончательное формулирование плана деятельности; активная психологическая поддержка</i>	<i>«Логическая аргументация», «Рациональное внушение уверенности»</i>

Учебно-тематический план курса занятий

№	Наименование блоков, тем	Всего часов
1.	Жизнестойкость как качество успешной личности	1
2.	Мои сильные и слабые стороны	1
3.	Мои возможности и способности	1
4.	Мое будущее	1
5.	Правила поведения в современном обществе	1
6.	Мои жизненные ценности	1
7.	Действуем в сложных жизненных ситуациях (Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом)	1
8.	Я делаю выбор	1
9.	Я принимаю ответственное решение	1
10.	Учимся общаться бесконфликтно	1
11.	Успешно преодолеваем трудности	1
12.	Подводим итоги	1
		12

Тема «Жизнестойкость как качество успешной личности» способствует раскрытию у детей ощущения устойчивости собственной личности и личности другого как важнейшего условия внутреннего благополучия человека и установления конструктивных взаимоотношений с окружающими людьми.

Тема «Мои сильные и слабые стороны» способствует рассмотрению с участниками их внутреннего «Я» как одного из компонентов личности, включающего: представление о своей индивидуальности, определенное единство интересов, склонностей, ценностных ориентаций, определенную самооценку и самоуважение с учетом сильных и слабых сторон.

Тема «Мои возможности и способности» позволяет помочь детям лучше узнать себя, свои возможности, развивать чувство собственного достоинства на основе анализа своих способностей. Содержание рассматриваемой темы направлено на преодоление неуверенности в собственных силах, развитие навыков самопрезентации в различных группах среди сверстников и взрослых.

Тема «Мое будущее» предоставит детям возможность задуматься о будущем, попытку сконструировать его, обсудить возможные варианты будущего. Содержание дискуссионных форм работы помогает детям понять, что будущее начинается в настоящем, и ввести понятие «жизненный выбор».

Тема «Правила поведения в современном обществе» включает организацию дискуссии и обсуждение с детьми таких вопросов: как подобрать одежду для похода в театр? Как вести себя на дискотеке? Как провести время в компании друзей? Как вести диалог по телефону? Как поддержать разговор в малознакомой компании? Наиболее эффективно рассмотрение данной темы в рамках практического проигрывания ситуаций и анализа ошибок.

Тема «Мои жизненные ценности» включает обсуждение важных ценностей каждого участника и рассмотрение проблемных ситуаций: ситуация 1: пожар, спасение людей; ситуация 2: школьники, провалившиеся под лед (их спасает одноклассник и двое взрослых); ситуация 3: помощь пожилым людям; ситуация 4: спасение животных (использование видео записи).

Детям предлагаются темы для написания эссе: «Для меня самое ценное в жизни...», «Самая гласная ценность моей жизни - это...», «Жизненные ценности современной молодежи».

Тема «Действуем в сложных жизненных ситуациях» позволяет сформировать у детей потребность предвидеть возможные жизненные экстремальные ситуации; сознательно и ответственно относиться к личной безопасности и безопасности окружающих. Практические задания обеспечивают приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим (на пожаре, при

наводнении, в аварии), что предоставляет возможность обучить детей методам и приемам первой помощи. Данная тема может быть рассмотрена с приглашением сотрудников системы МЧС.

Тема «Я делаю выбор» направлена на содействие в появлении у детей устойчивой потребности в саморазвитии и социально – профессиональной самореализации на основе самопознания, самообразования и с самовоспитания. Рассмотрение данной темы позволяет детям проанализировать свои склонности, систему ценностей, личностные особенности, предрасположенность к тем или иным видам деятельности, а также осуществить моделирование своего будущего на основе «идеального образа» профессионала. Содержание темы способствует также поиску выбора в ситуациях манипулирования, что позволяет воспитанникам быть готовыми к противостоянию психологическому давлению и вырабатывает умение сказать «Нет».

Тема «Я принимаю ответственное решение» способствует формированию положительной нравственной оценки таких качеств характера, как уверенность в себе, честность, смелость, ответственность; побуждает к независимости в принятии решений; развивает умение формулировать и принимать решения в отношении курения, алкоголя, наркотиков и предвидеть последствия своих решений.

Тема «Учимся общаться бесконфликтно» обеспечивает получение подростками знаний о том, как общаться, практических навыков в применении приемлемых способов поведения, освоении навыка эффективного общения. Данная тема помогает наладить адекватные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства в процессе межличностного взаимодействия.

Тема «Успешно преодолеваем трудности» направлена на обучение подростков распознаванию своих проблем и нахождению способов их решений, преодолению трудностей, мешающих полноценному самовыражению. В рамках данной темы рассматриваются вопросы, способствующие осознанию подростками своих жизненных целей, выявлению стратегии поведения каждого в достижении цели, что обеспечивает самораскрытие личности, установление доброжелательных, доверительных отношений в группе сверстников и взрослых.

Тема «Подводим итоги» обеспечивает формирование рефлексивных умений, способность к стрессоустойчивости в условиях процедуры итоговой аттестации (ГИА, ЕГЭ); повышение сопротивляемости стрессу в ситуации неопределенности с опорой на внутренние резервы.

Ожидаемые результаты освоения курса занятий для детей, осваивающих программу основного общего образования

В результате реализации курса занятий дети будут:

- проявлять умение работать в команде, отстаивать собственную точку зрения, формулировать вопросы, выражать обращение за помощью к сверстникам и взрослым в сложных жизненных ситуациях;
- проявлять способность контролировать свои поступки нравственными ценностями, принятыми в обществе;
- демонстрировать социальную успешность через активную жизненную позицию и самореализацию в разных видах деятельности;
- самостоятельно принимать решения и адекватно действовать в ситуациях неопределенности.

Модуль 3.Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей

При системном подходе к организации профилактического просвещения родителей и педагогов возможно сформировать благоприятные условия для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути.

Задачи работы:

- способствовать переоценке взаимоотношений с детьми;
- формировать уважение к личности ребенка и пониманию его проблем.

Тематика родительских собраний

«Родителям о роли общения в жизни подростка»

«Поощрение и наказание в воспитании детей»

«Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности»

«Фабрика звезд» (творческий отчет)

«Детская агрессия»

«Как уберечь детей от насилия. Права и обязанности ребенка»

«Общение родителей с детьми-подростками» (ролевая игра)

«Свободное время подростка» (творческий отчет)

«Роль семьи в воспитании моральных качеств личности»

«Контакты и конфликты»,

«Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия)

- «Нравственные ценности семьи»
- «Мой ребёнок становится трудным»
- «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»
 - «В семье растёт сын» (конференция отцов)
 - «В семье растёт дочь» (дискуссионная площадка для мам)
 - «Дети и родители - профессиональный выбор: «За» и «Против» (совместное детско-родительское собрание)

Приложение №2

Бланк методики “Шкала социальной компетентности”

Ф.И. школьника	Школа
Возраст	Класс
С кем проводится методика (мать, отец, классный руководитель, учитель, воспитатель - нужное подчеркнуть, в случае необходимости - дописать) _____	
Дата проведения	Время проведения

Результаты

Показатели	Значения
Сырой балл	
Социальный возраст	
Коэффициент социальной компетенции	

Внимательно прочтите каждое предложение, оцените, насколько подросток владеет указанным навыком, умением, указанной формой поведения.

Не думайте долго над ответом.

Для оценки используется трехбалльная шкала:

1 б. — подросток полностью владеет указанным навыком, умением, ему свойственна указанная форма поведения

2 б. — владеет ими отчасти, проявляет время от времени, непостоянно

3 б. — не владеет

№	Шифр субшкалы	Пункт шкалы	Оценка			Примечания
			1 б	2 б	3 б	
1.	У	Обладает чувством собственного достоинства				
2.	С	Умеет самостоятельно обнаруживать и исправлять свои ошибки				
3.	П	Умеет принимать решения и выполнять их				
4.	О	Имеет друзей-сверстников				
5.	И	Интересуется происходящим в стране и мире				
6.	Об	Ответственно относится к школьным обязанностям				
7.	И	Любит читать				
8.	С	Самостоятельно правильно оценивает качество своей работы				
9.	П	Выполняет намеченное дело до конца				
10.	Об	Следит за своей одеждой, обувью, может полностью ухаживать за собой				
11.	И	Читает газеты, журналы				
12.	О	Умеет прийти на помощь другому человеку				
13.	У	Проявляет требовательность к себе				
14.	П	Владеет средствами, способами достижения цели				
15.	О	Может самостоятельно познакомиться с незнакомыми сверстниками				
16.	С	Самостоятельно делает покупки, при этом правильно				

		распределяет деньги				
17.	П	Может составить план выполнения задания и придерживаться его				
18.	И	Смотрит новостные программы по телевизору, слушает их по радио				
19.	У	Правильно реагирует на собственные неудачи				
20.	С	Проявляет самостоятельность в выборе друзей, занятий во время досуга				
21.	И	Может использовать компьютер для занятий, получения новой информации				
22.	У	Правильно относится к собственным успехам				
23.	О	Можно полностью довериться, положиться				
24.	Об	Осознает свои затруднения, проблемы, может проанализировать их причины				
25.	И	Умеет находить нужную информацию (в книгах, с помощью компьютера и т. п.)				
26.	Об	Участвует в делах класса, школы				
27.	У	Стремится разобраться в себе, понять свои возможности, способности				
28.	Об	Выполняет повседневную работу по дому				
29.	П	Может работать сосредоточенно, не отвлекаясь				
30.	О	Получает удовольствие от общения со сверстниками				
31.	С	Самостоятельно распределяет свое время				
32.	П	Понимает необходимость правил (поведения, выполнения задания и т. п.) и умеет подчиняться им				
33.	У	Проявляет уверенность в своей способности добиться успеха во взрослой жизни				
34.	О	Умеет согласовывать свои потребности, желания с потребностями окружающих				

35.	Об	Без напоминаний выполняет домашние задания				
36.	С	Может самостоятельно справляться со своими проблемами, трудностями				

Коэффициент социальной компетентности: $СК=(СВ-ХВ)·0,1$

где:

СК — коэффициент социальной компетентности в соответствующей сфере

СВ — социальный возраст (определяется по таблице 3)

ХВ — хронологический возраст

Таблица 1

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

Таблица 2

№	Субшкала	Шифр субшкалы	Пункты					
			2	8	16	20	31	36
1.	Самостоятельность	С	2	8	16	20	31	36
2.	Уверенность в себе	У	1	13	19	22	27	33

3.	Отношение к своим обязанностям	Об	6	10	24	26	28	35
4.	Развитие общения	О	4	12	15	23	30	34
5.	Организованность, развитие произвольности	П	3	9	14	17	29	32
6.	Интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными технологиями	И	5	7	11	18	21	25

Таблица 3

Субшкала	Девочки		Мальчики	
	Баллы	Социальный возраст	Баллы	Социальный возраст
Самостоятельность	15—18	9—11	17—18	9—10
	13—14	12—13	15—16	11—12
	10—12	14	12—14	13—14
	7—9	15—16	9—11	15
	6	17	6—8	16—17
Уверенность в себе	16—18	9—11	15—18	9—10
	12—15	12	12—14	11
	11	13	10—11	12
	8—10	14—15	7—9	13—14
	6—7	16—17	6	15—17
Отношение к своим обязанностям	10—18	9—12	15—18	9—11
	8—9	13—15	12—14	12—14
	6—7	16—17	8—11	15—16
	—	—	6—7	17
Развитие общения	17—18	9	13—18	9—10
	15—16	10—11	10—12	11—12
	12—14	12—13	7—9	13—15
	9—11	14—16	6	16—17
	6—8	17	—	—

Организованность, развитие произвольности	15—18	9—11	11—18	9—10
	12—14	12—13	10—12	11—12
	9—11	14—15	7—9	13—14
	6—8	16—17	6	15—17
Интерес к социальной жизни	17—18	9—10	14—18	9—11
	15—16	11	9—13	12—14
	10—14	12—13	6—8	15—17
	8—9	14—15	—	—
	6—7	16—17	—	—

Таблица 4

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

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

- 0—0,5 — социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив).
- 0,6—0,75 — подросток по уровню социальной компетентности несколько опережает своих сверстников.
- 0,76—1 — подросток существенно опережает своих сверстников по уровню социальной компетентности, что может свидетельствовать о

чрезмерно быстром взрослении как неблагоприятной тенденции развития, а при изучении самооценке о ее нереалистично-завышенном характере.

- 0—(-0,5) — социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив).
- (-0,6)—(-0,75) — отставание в развитии социальной компетентности.
- (-0,76)—(-1) — существенное отставание в развитии социальной компетентности.

Профиль сформированности социальной компетентности обучающихся _____ класса
(на начало реализации программы)
« ___ » _____ 20___ г.

ФИО обучающегося	Коэффициент социальной компетентности						Отметка об организации с психологом
	Самостоятельность (с)	Уверенность с себе (У)	Отношение к своим обязанностям (ОБ.)	Развитие общение (О)	Организованность (П)	Интерес к жизни (И)	

Точно такая же таблица будет заполняться после реализации программы по формированию жизнестойкости.

Профиль сформированности социальной
компетентности обучающихся _____ класса
(по итогам реализации программы)
«__» _____ 20__ г.

ФИО обучающе гося	Коэффициент социальной компетентности						Наличи е/ отсутст вие положи тельной динами ки
	Самост оя тельно сть (с)	Уверенн ость с себе (У)	Отношен ие к своим обязанно стям (ОБ.)	Разви тие общен ие (О)	Организ ован ность (П)	Интер ес к жизни (И)	

Диагностика социальной компетентности обучающегося
Данная методика проводится классным руководителем.

Шкала разработана А.М. Прихожан с целью выявления уровня социальной компетентности подростков. С помощью этой методики выявляем не только общий уровень социальной компетенции подростка, но и компетентность в отдельных областях. Возраст подростков, с которыми проводится диагностика 11-16 лет.

Классный руководитель самостоятельно оценивает подростка и заполняет бланк опросника.

Порядок проведения: Перед вами [бланк методики](#), в верхней части которого Вы вносите данные подростка, указываете его фамилию, имя, возраст, пол, класс и дату обследования.

Чуть ниже расположена таблица, в которую Вы после окончания диагностики будете вносить данные, полученные в результате обследования.

Далее идет таблица с вопросами, которые надо оценить по трехбалльной шкале, где (обратите особое внимание!)

- 1 балл - ставим тогда, когда обучающийся полностью владеет указанным навыком, умением, ему свойственна указанная форма поведения
- 2 балла - в том случае, если подросток владеет навыками отчасти, проявляет время от времени, непостоянно
- 3 балла - если не владеет.

В первом столбце таблицы указан номер вопроса, во втором столбце указаны буквы, это шифры субшкал, обозначающие компетентность подростка в отдельных областях. Расшифровку субшкал смотрите ниже. Следующий столбец собственно сам навык, наличие или отсутствие которого Вы оцениваете у подростка. В одном из столбцов «Оценка» отмечаете тот балл, который, по вашему мнению, соответствует оцениваемому Вами подростку. Например, если отвечая на первый вопрос, Вы считаете, что обучающийся полностью обладает чувством собственного достоинства, то в столбце, где написан 1б ставим цифру 1. Или если во втором вопросе Вы считаете, что оцениваемый подросток не умеет самостоятельно обнаруживать и исправлять свои ошибки, то в столбце 3б ставим цифру 3. Столбец Примечания не обязателен для заполнения. В нем можно указать эмоциональную реакцию респондента, его комментарии на сам вопрос.

Заполнение таблицы длится от 20 до 40 мин.

Обработка результатов:

Шаг 1. После того, как все строки таблицы оценены и проставлены баллы, считаем общий балл социальной компетентности. Для его определения суммируем (складываем) баллы по всем пунктам методики. Это будет так

называемый сырой балл, полученный результат записываем в таблицу результатов, находящейся в верхней части бланка, под данными об испытуемом.

Далее вычисляем коэффициент социальной компетентности, обозначаемый как СК.

Для начала определяем СВ – это социальный возраст подростка, его мы определяем по таблице 1.

Социальный возраст - это уровень социального развития индивида, овладение им определенными социальными ролями, относительно статистической нормы для сверстников.

Обратите внимание, что отдельно выделены показатели для мальчиков и для девочек. Например, если мы оценивали девочку подростка и получили общий балл 77, в таблице, находим строку куда «падают» полученные баллы, в нашем случае это строка 75-81, что соответствует социальному возрасту 13 лет. Если же мы оценивали мальчика-подростка, и получили точно такой же общий балл 77, то этот балл соответствует социальному возрасту 12 лет. Полученные баллы по социальной компетентности также записываем в таблицу с результатами на первой странице бланка.

Таблица 1

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

Хронологический возраст – это возраст от рождения до конкретного времени его измерения.

Когда мы определили социальный возраст, а также знаем хронологический возраст, мы можем вычислить коэффициент социальной компетентности. Делается это по формуле:

$$СК = (СВ - ХВ) * 0.1, \text{ где}$$

СК – это социальная компетентность;
 СВ – социальный возраст;
 ХВ – это хронологический возраст.

Допустим, Вы оценивали девочку-подростка 14 лет (это и есть хронологический возраст), общий балл социальной компетентности (сумма всех баллов по методике) равен 77. Смотрим в таблицу 1 и определяем социальный возраст этой девочки, он соответствует 13 годам.

В данном случае $СК = (13-14)*0,1$. Получаем коэффициент минус 0,1. Полученный результат записываем в таблицу с результатами.

Шаг 2. После того как определили общий показатель социальной компетентности, рассчитываем компетентность подростка в отдельных областях. Выделяют 6 областей социальной компетентности (которые называются субшкалы). Это самостоятельность, уверенность в себе, отношение к своим обязанностям, развитие общения, организованность, развитие произвольности интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными технологиями. Данные по отдельным субшкалам позволяют качественно проанализировать сферы «опережения» и «отставания» в социальной компетентности и составить соответствующую психолого-педагогическую программу.

В таблице 2 приведены субшкалы, шифры субшкал (буквы, которые в бланке опросника стоят во второй колонке), а также номера вопросов, которые соответствуют определенной субшкале. Например для определения балла по субшкале «самостоятельность» мы суммируем (складываем) баллы по 2,8,16, 20, 31 и 36 пункту методики.

Таблица 2

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

Полученную сумму общих баллов (сырых) по каждой субшкале записываем в таблицу результатов №3, в строке сырой балл.

Таблица 3

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

По Таблице 4 определяем, социальный возраст по каждой шкале аналогичным способом как мы определяли социальный возраст по общей социальной компетентности, в соответствии с полом школьника. В том случае, если данные по возрастам совпадают, для вычисления берется возраст, ближайший к хронологическому возрасту подростка.

Таблица 4

Субшкала	Девочки		Мальчики	
	Баллы	Социальный возраст	Баллы	Социальный возраст
Самостоятельность	15—18	9—11	17—18	9—10
	13—14	12—13	15—16	11—12
	10—12	14	12—14	13—14
	7—9	15—16	9—11	15
	6	17	6—8	16—17
Уверенность в себе	16—18	9—11	15—18	9—10
	12—15	12	12—14	11
	11	13	10—11	12
	8—10	14—15	7—9	13—14
	6—7	16—17	6	15—17

Отношение к своим обязанностям	10—18	9—12	15—18	9—11
	8—9	13—15	12—14	12—14
	6—7	16—17	8—11	15—16
	—	—	6—7	17
Развитие общения	17—18	9	13—18	9—10
	15—16	10—11	10—12	11—12
	12—14	12—13	7—9	13—15
	9—11	14—16	6	16—17
	6—8	17	—	—
Организованность, развитие произвольности	15—18	9—11	11—18	9—10
	12—14	12—13	10—12	11—12
	9—11	14—15	7—9	13—14
	6—8	16—17	6	15—17
Интерес к социальной жизни	17—18	9—10	14—18	9—11
	15—16	11	9—13	12—14
	10—14	12—13	6—8	15—17
	8—9	14—15	—	—
	6—7	16—17	—	—

Шаг 3. Следующий шаг - вычисляем коэффициент социальной компетентности (СК) по каждой субшкале по формуле (аналогично, как вычисляли общий коэффициент социальной компетентности:

$$СК = (СВ - ХВ) \cdot 0,1 \text{ где:}$$

СК — коэффициент социальной компетентности в соответствующей сфере

СВ — социальный возраст (определяется по таблице 3)

ХВ — хронологический возраст.

Шаг 4. Интерпретация результатов.

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

От 0,76 до 1 — подросток существенно опережает своих сверстников по уровню социальной компетентности, что может свидетельствовать о чрезмерно быстром взрослении как неблагоприятной тенденции развития, а при изучении самооценке о ее нереалистично-завышенном характере.

От 0,6 до 0,75 — подросток по уровню социальной компетентности несколько опережает своих сверстников.

От 0 до 0,5 — социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив).

От 0 до (-0,5) — социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив).

От (-0,6) до (-0,75) — отставание в развитии социальной компетентности.

От (-0,76) до (-1) — существенное отставание в развитии социальной компетентности.

Шаг 5. Определяем группу риска.

Те обучающиеся, которые получили результаты от (-0,6) до (-0,75) и от (-0,76) до (-1) составляют группу риска, именно с такими детьми в дальнейшем работает психолог.

Шаг 6. Заполняем профиль сформированности социальной компетентности класса.

Профиль сформированности социальной компетентности обучающихся _____ класса
(на начало реализации программы)
« ___ » _____ 20___ г.

ФИО обучающегося	Коэффициент социальной компетентности						Отметка об организации с психологом
	Самостоятельность (с)	Уверенность с себе (У)	Отношение к своим обязанностям (ОБ.)	Развитие общения (О)	Организованность (П)	Интерес к жизни (И)	

--	--	--	--	--	--	--	--

Точно такая же таблица будет заполняться после реализации программы по формированию жизнестойкости.

Профиль сформированности социальной
компетентности обучающихся _____ класса
(по итогам реализации программы)
«___» _____ 20___ г.

ФИО обучающе гося	Коэффициент социальной компетентности						Наличи е/ отсутст вие положи тельной динами ки
	Самост оя тельно сть (С)	Уверенн ость с себе (У)	Отношен ие к своим обязанно стям (ОБ.)	Разви тие общен ие (О)	Организ ован ность (П)	Интер ес к жизни (И)	