

ФОРМИРОВАНИЕ ЖИЗНЕННОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К СОЦИАЛЬНО НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ



Крутовцова Наталья Анатольевна,
*методист центра идеологической,
воспитательной и социально-
педагогической работы
государственного учреждения
дополнительного образования взрослых
«Витебский областной институт раз-
вития образования»*

«МЫ САМИ» – ПРОЕКТ ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕННОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

В статье рассматриваются ход и результаты апробации методических материалов по проекту «Мы сами» в школах Витебской области, содержательные особенности занятий.

Главная цель педагогической деятельности по формированию здорового образа жизни, профилактике противоправного поведения учащихся – создать в учреждениях образования реальные условия, воспитывающую среду, способствующую снижению количества правонарушений, препятствующую распространению в молодежной среде негативных социальных явлений. Необходимо создавать специфические условия для переживания нравственных ценностей в жизненном опыте детей и подростков. Создание таких условий – лучший способ формирования самоохранительного поведения. Нравственные ценности должны быть индивидуально выстраданы (пережиты) и приобрести личностную значимость. В силу вышеизложенного возникла необходимость создать в регионе на высоком профессиональном уровне и апробировать на базе нескольких учреждений образования методические материалы по формированию жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для обучающихся.

Апробация методических материалов осуществлялась в 2011–2012 учебном году в пяти школах Витебска и области: государственное учреждение образования «Гимназия № 2 г. Витебска», государственное учреждение образования «Средняя школа № 29 г. Витебска имени В.В. Пименова», государственное учреждение образования «Средняя школа № 16

г. Витебска», государственное учреждение образования «Богушевская средняя школа № 1 Сенненского района». Подобный проект, названный «Мы сами», впервые был реализован в общеобразовательных заведениях Беларуси, о чем свидетельствуют многочисленные публикации в СМИ республики и региона. Координацию этого процесса осуществляли сотрудники Витебского областного института развития образования и Витебского областного клинического центра психиатрии и наркологии.

Авторами методических материалов являются специалисты системы здравоохранения и образования: *Е.Л. Данилова*, главный внештатный детский психиатр управления здравоохранения Витебского облисполкома, заведующий детским психиатрическим отделением УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии»; *О.А. Касьян*, старший преподаватель кафедры психологии и педагогики УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет»; *А.А. Кирпиченко*, заведующий кафедрой психиатрии и наркологии УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», доктор медицинских наук, профессор; *Н.А. Крутовцова*, методист центра идеологической, воспитательной и социально-педагогической работы Государственного учреждения дополнительного образования взрос-

лых «Витебский областной институт развития образования»; *Е.В. Мартынова*, главный внештатный специалист по психиатрии управления здравоохранения Витебского облисполкома, главный врач УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии», кандидат медицинских наук; *Н.В. Якушкин*, главный внештатный психолог управления здравоохранения Витебского облисполкома, заведующий медико-психологическим отделением УЗ «Витебский областной клинический центр психиатрии и наркологии». Таким образом, прослеживается конкретное взаимодействие специалистов в области образования и здравоохранения.

В методических материалах «Формирование жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для обучающихся» рассматриваются вопросы профилактики девиантного и аддиктивного поведения, практика развития механизмов психологической защиты от стрессовых ситуаций, навыки сохранения социальной стабильности в различных ситуациях. Материалы основаны на тренинговых занятиях с учетом специфики социально-психологического развития подростков.

В рамках проведения занятий решались следующие задачи:

1. Формирование перспективной ценностно-смысловой направленности личности.
2. Обучение эффективному общению со сверстниками (коммуникативная компетенция).
3. Обучение эффективному управлению агрессией и негативными эмоциями (эмоциональная компетенция).
4. Обучение распознаванию и преодолению поведению в кризисной ситуации.
5. Развитие умения противопоставлять социальному давлению.

Особенностями цикла занятий являются:

1. Изменение вектора работы – от запретительного на информационно-формирующий.
2. Комплексный подход: активное получение необходимых знаний, тренинг необходимых умений, формирование активной жизненной позиции.
3. Стимулирование активной деятельности на самостоятельный поиск решений и опосредованное влияние (разумная помощь) со стороны руководителей.

Методические материалы включают десять занятий, во время которых психологи учат подростков управлять своими эмоциями в стрессо-

вых ситуациях и рекомендуют, как правильно выстраивать отношения со сверстниками. Также они рассказывают, каким образом вести себя, если складывается впечатление, что взрослые тебя не понимают и учат, как устоять перед настойчивыми уговорами попробовать алкоголь или сигареты, как избавиться от компьютерной зависимости, и советуют, что делать, «когда очень плохо».

Занятия проводятся в форме психологических тренингов. Причем построены они так, что обучающийся сам формирует свое отношение к неблагоприятным факторам окружающей среды. Сначала психолог объясняет подросткам теорию, затем подростки высказывают свои мнения по определенной теме. Завершаются занятия ролевыми играми.

Преимуществом цикла занятий «Формирование жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для обучающихся» является их адаптированность к специфике образовательной среды, возможность их гибкого использования в работе специалистов СППС. Имея существенные отличия от тренингов, предлагаемый комплекс занятий может быть разделен на отдельно взятые мероприятия и решать наиболее востребованные подростковой средой проблемы психологического здоровья. Другим аспектом применения занятий может стать их дальнейшая доработка и использование в качестве основы программы кружка или объединения по интересам. В материалах научно обоснованно определяется содержательное и технологическое наполнение занятий. Рекомендации по проведению занятий-практикумов с элементами тренинга носят методический характер, что позволяет гибко подходить к конкретному занятию с конкретной группой подростков.

Методические материалы «Формирование жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для обучающихся» могут быть использованы в работе педагогов-психологов учреждений образования, объединений по интересам, целевых группах, требующих дополнительного внимания и других общественных структурах.

Материалы ориентированы на анализ не столько сберегающего или разрушающего здоровье поведения, сколько ценностных ориентаций, лежащих в основе такого поведения. Преодоление рискованного поведения обучающихся, связанного с разрушением собственного здоровья, предполагает выявление смыслов со-

циально рискованных действий – деформации ценностей, норм, образцов социального поведения. Занятия призваны нейтрализовать последствия таких чувств, как злость, разочарование, обида, страх и другие далеко не приятные ощущения, с которыми в той или иной степени зачастую сталкивается подросток.

В течение занятий раскрываются правила и специфика формирования индивидуальной психологической культуры, технологии повышения стрессоустойчивости. Они имеют унифицированную структуру, позволяющую организовать групповую работу с подростками в системе развития общей психологической безопасности образовательной среды. Преимуществом является адаптированность, возможность ее гибкого использования специалистами (к конкретному занятию с конкретной группой подростков). В занятиях научно обоснованно определяется содержательное и технологическое наполнение, обеспечивающие психологически выверенную точность подачи информации.

По окончании курса все старшеклассники заполняли анонимные анкеты, учителя поделились своими наблюдениями, что изменилось в поведении подростков. На основании полученных сведений психологи и медики провели анализ результатов апробации методических материалов.

Проведенная организационно-методическая работа

Для успешного проведения цикла занятий была проведена следующая организационно-методическая работа:

1. Вводный семинар с педагогами-психологами, являющимися руководителями/тренерами занятий.

2. Индивидуальные консультации по запросу.

3. Подведение промежуточных результатов после 5 занятий и семинар по заключительному этапу апробации методических материалов.

4. Подведение конечных результатов с руководителями занятий и анализ результатов (структурированный сбор информации, обобщение сообщений руководителями, заполнение анкеты по результатам всего цикла занятий).

5. Разработка анкет для руководителей.

Методы исследования эффективности занятий

Для оценки эффективности проведения занятий использовались различные методы сбора и анализа информации:

1. Анализ устных отчетов руководителей занятий и просмотр материалов работы участников после промежуточного и заключительного этапа.

2. Анализ заполненных анкет руководителями (см. приложение 1).

3. Анализ заполненных анкет участников (см. приложение 2).

4. Анализ других собранных материалов (письменные и устные высказывания родителей, учителей и других школьных работников) (см. приложение 3).

Общая оценка проведенных занятий

По устному сообщению руководителей занятий администрации школ (директора и заместители директоров по воспитательной работе общеобразовательных учреждений) с активным желанием откликнулась на предложение апробировать методические материалы на базе своих учреждений образования. При этом было выявлено, что подобных занятий в школах не проводилось: только в двух образовательных учреждениях использовались отдельные занятия с элементами тренинга – «Адаптивно-коммуникативный тренинг», «Позитивное взаимодействие», «Тренинг уверенности в себе», «Профилактика компьютерной зависимости» (ГУО «Богушевская средняя школа № 1 Сенненского района» и ГУО «Средняя школа № 29 г. Витебска имени В.В. Пименова»).

По общей оценке руководителей, занятия прошли успешно и эффективно: практическая польза цикла занятий – 100% (от максимального количества баллов), интерес к занятиям у участников – 89%. Также высокие баллы были продемонстрированы при анализе всех занятий курса (таблица). В общей сумме были выставлены следующие баллы: интерес учащихся – 92%, практическая польза – 96%.

Свою оценку занятиям дали и сами участники. Молодые люди оценили занятия следующим образом (по 5-балльной системе):

- «3» – 10%;
- «4» – 21%;
- «5» – 69%.

По сумме баллов всех занятий (таблица) было набрано 77,3% из максимального количества. При вопросе «Занятия нужны учащимся вашего возраста?» – 87% ответили «да».

Результаты оценки проведения занятий

	Интерес учащихся	Практическая помощь	Отношения к занятиям учащихся
Занятие 1. Вводное занятие «Для чего мы собрались?»	90	95	76
Занятие 2. «Чего стоит опасаться в жизни?»	92,5	97,5	69
Занятие 3. «Я верю в себя»	90	97,5	82
Занятие 4. «Как общаться со сверстниками?»	92,5	100	61
Занятие 5. «Взрослые меня не понимают»	92,5	97,5	79
Занятие 6. «Управление собой»	100	100	84
Занятие 7. «Что делать, когда очень плохо?»	95	97,5	82
Занятие 8. «Остаться собой»	95	97,5	87
Занятие 9. «Компьютерные ловушки»	82,5	85	66
Занятие 10. «Что такое зависимое поведение?»	90	92,5	87
Общая оценка	92	96	77,3

Также хотелось бы отметить, каким образом участники занятий оценили свой интерес (диаграмма).

Наиболее выраженное расхождение в оценках было выявлено по таким тематическим занятиям: «Как общаться со сверстниками?» и «Компьютерная зависимость». Это свидетельствует, что данные занятия необходимо дополнить и предложить некоторую вариативную часть для работы с различными целевыми группами, чтобы они были более интересны и приближены к конкретным подросткам.

На основании вышеизложенного можно утверждать, что тематику и наполняемость занятий высоко оценили как взрослые (руководители), так и подростки. В целом все занятия востребованы и больших разногласий в оценках нет. Цикл занятий представляет собой целостный и системный материал, который вызвал интерес у подростков.

Слабые и сильные стороны занятий

Слабые стороны занятий. По оценкам руководителей занятий, одним из «слабых» мест явилось то, что испытывался дефицит времени. Одно занятие, как правило, проходило значительно дольше запланированного времени (до 80 минут). Во-вторых, было отмечено, что некоторые занятия желательно провести в несколько этапов (например, «Образ собственного “Я” и работа с эмоциями»).

Руководители также отметили, что проблематично было начать цикл занятий («Было трудно проводить курс в начале»). Трудности

возникли, т.к. не было заинтересованности со стороны воспитанников. После же 2–3 занятий дети уже с нетерпением ждали следующих встреч. Также были проблемы с обсуждениями зависимого поведения и употребления психоактивных веществ («не хватало компетенции»).

Следует отметить, что высказывались критические замечания по поводу изменения в сторону улучшения проведения занятий. Участники предлагали следующее:

- затронуть тему по правам и обязанностям несовершеннолетних;
- в зависимости от возраста, для старших учащихся, добавить темы, которые для них представляют интерес (проблемы, конфликты, отношения между полами, методы саморегуляции и пр.).

Также было информативно и значимо мнение подростков о вариантах возможного улучшения методического наполнения занятий. Подростки высказали пожелания для расширения тематики занятий:

1. Общение с противоположным полом.
2. Экзистенциальные проблемы («Побольше разговаривать о жизни, о дружбе, о добре»).
3. Зависимое поведение (наркотики, «дурное влияние», карточная и телефонная зависимость).
4. О формальных сторонах жизни (права и обязанности подростков, об осторожности, поведение в школе).
5. Как красиво и модно одеваться.

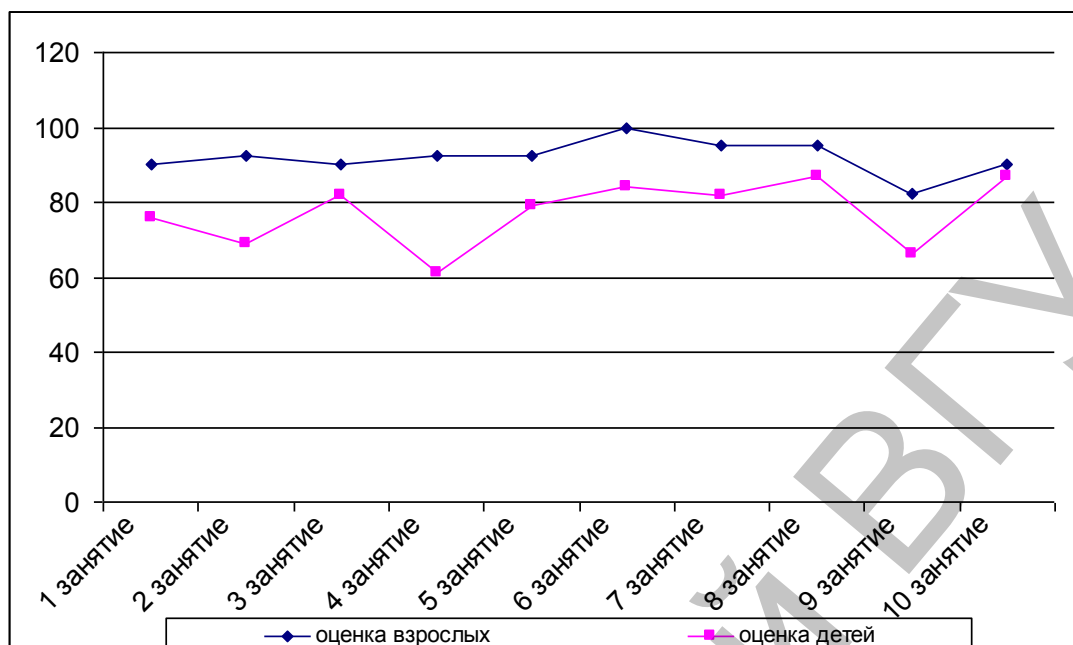


Диаграмма. Оценка проведения занятий взрослыми и подростками

Несомненно, в высказываниях подростков присутствует не достаточно четкое понимание, чем должен заниматься психолог или педагог, но оно указывает на неразрешенные проблемы подростковой среды, с которыми необходимо работать.

Сильные стороны занятий. Исходя из оценки и отзывов руководителей, сильными сторонами занятий можно считать следующие:

1. Предложенные занятия затрагивают актуальные для подростков темы, они соответствуют возрастным особенностям участников.

2. Занятия важны с целью профилактики правонарушений и деструктивного поведения несовершеннолетних.

3. Логично, уместно и дозировано распределено соотношение теоретических и практических моментов во время занятий, подросткам «было интересно».

4. Грамотно подобранные материалы в результате оказались интересными и увлекательными как для психологов, так и для детей. Время проходило «и приятно, и с пользой».

Необходимо отметить, что подростки вычленили следующие интересные, с их точки зрения, моменты («что было самым интересным?»)

- беседы, обсуждения – 87%;
- игры, упражнения – 87%;
- ведущий – 79%.

Исходя из вышеперечисленного можно сделать вывод, что во главу угла подростки ставят личность ведущего (психолога), без грамотного специалиста и человека, обладающего этикой взаимоотношений, занятия будут неинтересными и малоэффективными. Это свидетельствует о необходимости того, чтобы все руководители занятий стремились быть компетентными и, по крайней мере, с желанием брались за предложенные материалы. Формализм здесь совершенно неуместен.

Также, оценивая сильные и слабые стороны проведенных занятий, необходимо констатировать, что время, отведенное на некоторые упражнения, игры, беседы, необходимо увеличивать. Возможно и включение дополнительных востребованных и актуальных тем. Вместе с тем, некоторые имеет смысл конкретизировать и дополнить.

Как изменились подростки после участия в занятиях?

Руководители высказали мнения о тех изменениях, которые произошли с обучающимися после апробации методических материалов.

1. Социально-психологические изменения («Повысился уровень групповой сплоченности, стали более общительными. Изменились отношения в детском коллективе. Открылись друг другу с иных сторон»).

2. Повысился авторитет и уровень доверия между психологом и подростками («Стали больше обращаться за помощью, появились более доверительные отношения между нами»).

3. Подростки стали носителями тех знаний и той психологической культуры, которые они получили во время занятий. Они рассказали о занятиях родителям (66%) и своим друзьям (61%).

4. Многие подростки отметили, что, переживая ситуацию в игре (использование интерактивных видов обучения), легче решить ее в реальной жизни. Они стали использовать навыки, полученные на занятиях, в своей обычной жизни.

Пожелания к проведению занятий

1. Руководители проведенных занятий, отмечая положительные и проблемные стороны, однозначно выразили мнение об актуальности, значимости и необходимости апробации методических материалов с целью формирования жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для школьников («Да, хотела бы, чтобы занятия продолжались. Они способствуют эффективному общению со сверстниками. Именно в школе надо поднимать такие вопросы» и т.д.).

2. Активно привлекать на занятия других сотрудников школы, родителей («Приглашать классных руководителей, родителей на занятия. Особенно, если это касается взаимоотношений и конфликтов, чтобы они научились слушать и слышать друг друга»).

3. Выявлена заинтересованность со стороны администрации в желании продолжить занятия в общеобразовательных учреждениях (в том числе, педагоги-психологи – 100%, школьники – 53%).

Выводы

1. Занятия получили высокую оценку со стороны руководителей/тренеров (педагогов-психологов), подростков и администрации общеобразовательных учреждений. По мнению всех опрошенных, цикл занятий представляет собой целостную и системную методическую работу, которая вызвала неподдельный интерес у обучающихся, имеет практическую направленность и необходим современным школьникам.

2. С учетом пожеланий и некоторой корректировки методических материалов (ввести дополнительные темы, расширить имеющиеся и пр.) была выявлена заинтересованность администрации общеобразовательных учреждений, педагогов-психологов и школьников в продолжении работы.

3. Необходимо рассмотреть возможность перевода цикла занятий по формированию жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для обучающихся на программу факультативных занятий.

Заключение. Таким образом, апробация методических материалов создает необходимые условия для развития механизмов ответственного и безопасного поведения в социальной среде, конструктивно помогает решать вопросы психологического образования, обеспечивает основу организации здоровьесберегающей образовательной среды.

Методические материалы актуальны, разработаны на высоком научно-методическом уровне и, несомненно, будут востребованы практикующими педагогами-психологами общеобразовательных учреждений. Надеемся, что данные материалы конструктивно помогут решать вопросы психологического образования обучающихся и обеспечивать основу организации здоровьесберегающей образовательной среды.

Анкета для педагогов-психологов

1. Количество учащихся _____
 2. Возраст _____
 3. Общая оценка цикла занятий _____ интерес учащихся, _____ практическая польза _____
 4. Есть ли подобные занятия в школе? _____
 5. Слабые стороны в проведении занятий _____
 6. Сильные стороны в проведении занятий _____
 7. Изменились ли дети после занятий и как? _____
 8. Было ли трудно проводить? _____, какие трудности _____
 9. Что можно изменить или улучшить? _____
 10. Хотели бы Вы, чтобы занятия продолжались в школе? _____
 11. Есть ли желание проводить еще? _____
 12. Что пожелаете другим руководителям/тренерам? _____
 13. Другие комментарии и предложения по совершенствованию занятий _____
- Оценка отдельных занятий цикла _____

Анкета для участников занятий

1. Оцени в баллах, насколько тебе понравились занятия в целом _____
2. Отметь, пожалуйста, свое отношение к занятиям _____
3. Что было самым интересным: _____
 - ведущий
 - разминочные упражнения
 - беседы, обсуждения
 - игры, упражнения
 - домашнее задание
4. Какую тему для обсуждения в группе предложил бы ты? _____
5. Рассказывал ли ты своим друзьям, родителям о наших занятиях? _____
6. Считаешь ли ты, что такие занятия нужны ребятам вашего возраста? _____
7. Посоветовал бы ты своим друзьям посещать такие занятия? _____
8. Хотел бы ты, чтобы наши занятия продолжались? _____
9. Что бы ты хотел пожелать? _____

Отзывы родителей (ГУО «Богушевская средняя школа № 1 Сенненского района»)

Как мать своего сына, ученика 6 «А» класса, и как классный руководитель посещаю занятия по формированию жизненной устойчивости к социально неблагоприятным факторам для школьников «Мы сами». Честно говоря, я как начинающий классный руководитель ждала именно этих занятий, так как считала, что такая информация необходима и актуальна для учащихся моего класса.

Занятия проходят на одном дыхании, много конкретики, нет «воды» и «пустых разговоров». Главное – дети ждут следующего занятия и нового материала.

Очень понравилось живое общение, где ученики вовлечены в обсуждение, получают ответы на вопросы по ходу темы, разбираются в неясных моментах, уделяется время индивидуальным «жизненным» проблемам учащихся. Считаю, что это здорово, когда информацию можно сразу использовать и применять на практике.

Считаю, что такие занятия нужны, полезны и актуальны на сегодняшний день.

Спасибо!

Классный руководитель 6 «А» класса, мама, Татьяна Владимировна