

Программа
психолого-педагогического сопровождения детей семей участников СВО

г. Красноярск

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Основания для разработки Программы	• Конституция Российской Федерации; • Всеобщая декларация прав человека; • Конвенция о правах ребёнка; • Декларация ЮНЕСКО «Образование 21 века»; • Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Указ Президента Российской Федерации «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» от 1 июня 2012 года № 761;
Основные разработчики Программы	Смирнова С.В. (педагог-психолог)
Цель и задачи Программы	Цель: создание благоприятных условий для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактика антивиталяного поведения. Задачи: 1. Повышать психолого-педагогическую компетентность всех участников образовательных отношений. 2. Создать условия для развития жизнеспособности личности детей и подростков, направленных на усвоение алгоритмов деструктивного поведения и готовности к их преобразованию. 3. Проводить занятия, тренинги с детьми и подростками по направлениям: когнитивного (осмысление и оценка ситуации), поведенческого (навыки преодоления), мотивационного (мотив деятельности, достижения успеха) и эмоционального (эмоциональное реагирование в сложной ситуации). 4. Способствовать развитию у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей. 5. Способствовать развитию навыков совладения со стрессом у всех участников образовательных отношений. 6. Организовать комплексное психолого-педагогическое учение индивидуально-психологических особенностей обучающихся. 7. Организовывать индивидуальное психолого-педагогическое проведение обучающихся группы

	«повышенного внимания». 8. Способствовать развитию критичности восприятия и оценки ситуации, способности к принятию решений. 9. Способствовать развитию эмоционального интеллекта у всех участников образовательных отношений.
Планируемые результаты	-Создание образовательной среды, способствующей росту успешности каждого ученика, сохранению его физического и психологического здоровья; -совершенствование системы работы по выявлению и поддержке обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; -увеличение количества учащихся (на всех уровнях обучения), имеющих высокие показатели адаптивности, уверенности в себе, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные умения; -создание методических рекомендаций для учителей, классных руководителей по проблемам формирования навыков жизнестойкости обучающихся; -повышение психологической компетентности родителей, укрепление механизмов взаимодействия ОУ и родителей.
Срок реализации программы	2025/2026 учебный год

Этапы реализации программы

I этап: подготовительный (сентябрь - октябрь)

Администрация: издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся; включает в план воспитательной работы образовательной организации необходимые воспитательно-профилактические мероприятия.

Классные руководители: заполняют бланк методики «Шкала социальной компетентности обучающегося» (*Приложение 1.*), составляют профиль сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе; определяет направления воспитательной работы в учебном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;

планирует содержание классных часов, родительских собраний; взаимодействует педагогом-психологом.

Педагог-психолог: проводит фронтальное диагностическое обследование и обработку уровня жизнестойкости по любой предложенной методике:

С. [] Мадди

[] (адаптация Д.А. Леонтьева) (*Приложение 2*), уровня тревожности по «Тесту тревожности» (*Приложение 3*), опросник АВиЖ, диагностика личностной тревожности А.М. Прихожан; определяет группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, развод родителей, суицид в семье и др.), обучающиеся без попечения родителей, пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направленности; составляет психологический профиль класса; проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков, получает письменное разрешение(или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы; разрабатывает совместно с классными руководителями, администрацией мероприятия в соответствии с выявленными проблемными зонами в развитии социальной компетентности, качеств личности обучающихся, определяющих жизнестойкость и возможности совладающего поведения; составляет учебно-тематический план индивидуальных (групповых) занятий с подростками группы риска и утверждает его руководителем образовательной организации.

II этап: формирующий (ноябрь 2025 – апрель 2025 гг.)

Администрация: организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов; координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся.

Классные руководители: организуют просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся; проводят классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы; организуют включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность; осуществляют индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности.

Педагог-психолог: проводит психологический практикум в классах в форме практических занятий с элементами тренинга и организационно-деловые игры (ОДИ); проводит индивидуальные коррекционно – развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися

III этап: Диагностический (май 2026г.)

Администрация: осуществляет анализ и оценку результатов Программы учебном году в соответствии с показателями эффективности; осуществляет планирование работы на следующий учебный год; организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом; проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов.

Классные руководители: проводят анализ и оценку результатов по итогам проделанной работы; планируют работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в учебном коллективе).

Педагог-психолог: проводит мониторинг социальной компетентности обучающихся по итогам индивидуальной работы; проводить индивидуальное диагностическое обследование и обработку уровня жизнестойкости по методике С. Мадди (адаптация Д.А. Леонтьева) и уровня тревожности по «Тесту тревожности» и др.; осуществляет анализ и оценку результатов программы формирования жизнестойкости обучающихся в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией школы); планирует мероприятия по повышению психолого - педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей), собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обучающихся, изучения Я – концепции обучающихся.

Программа по формированию жизнестойкости и созданию условий для её реализации состоит из **4 модулей:**

1 модуль Профилактическая работа в классах (в рамках внеурочной занятости, на классных часах)

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы: осознанное саморазвитие обучающихся и развитие позитивного (оптимистичного) мироощущения: адекватное самовосприятие и самооценка, адаптивное поведение, поиск и обретение жизнеутверждающих ценностей, совершенствование волевых качеств, социальной компетентности, коммуникативных умений.

Формы работы: первичная профилактика; работа с эмоциями; работа в микрогруппах; индивидуальное консультирование; дискуссия; рефлексия; сказкатерапия, арт-терапия, организационно-деловые/учебные игры и др.

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

Планирование классных часов

Месяц	Мероприятия	Ответственные
Сентябрь	Классные часы, направленные на сплочение коллектива (ОДИ «Полет на Луну»)	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классные часы, направленные на командообразование (ОДИ «Темная лошадка»).	Классный руководитель, педагог-психолог
Октябрь	Формирование толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Самопрезентация», «Минута славы», «Мои родители».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на формирование позитивного мышления «Жизнь прекрасна!».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на развитие навыков самоконтроля и саморегуляции «Я - могу».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Дискуссия о жизненных целях и ценностях «Мои ориентиры».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Мои ценности: жизнь, здоровье, время, друзья, семья, успехи»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Я - личность и индивидуальность».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на формирование адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны «Я – есть!»	Классный руководитель, педагог-психолог

Ноябрь	Дискуссия «Проблемы смысла жизни и счастья».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Формирование у обучающихся жизнеутверждающих установок»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Позитивное мышление»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на формирование позитивных представлений о будущем «Мое завтра»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Счастье жить»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким «Семья и друзья».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Мое будущее».	Классный руководитель, педагог-психолог
Декабрь	Классный час, направленный на формирование умения постоять за себя, отстаивать свои права «Личные границы».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час, направленный на формирование адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Я - в мире сверстников»(возрастные задачи и особенности).	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Я - в мире взрослых» (перспективы развития).	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Любить жизнь – это...»	Классный руководитель, педагог-психолог
Январь	Дискуссия: «Риск - дело	Классный руководитель,

	благородное? Рисканное поведение - проявление смелости, взрослости, решительности?»	педагог-психолог
	Дискуссия: «Риск - дело благородное? Рисканное поведение - проявление смелости, взрослости, решительности?»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Преодоление» (информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления жизненных трудностей (жизнь и судьба героев и обычных людей).	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Личные зоны риска».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях».	Классный руководитель, педагог-психолог
Февраль	Занятие « Этика общения».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Занятие «Навыки конструктивного общения»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Тренировка уверенного выступления, развитие харизмы	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Службы экстренной помощи (контактные телефоны)».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Формирования умения обращаться за помощью к взрослому, сверстникам, пользоваться телефоном доверия».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Мой класс» (рассуждение на тему как сделать жизнь в классе лучше)	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Моя гимназия» (рассуждение на тему как сделать жизнь в школе лучше)	Классный руководитель, педагог-психолог
Март	Классный час «Я и родители»	Классный руководитель, педагог-психолог

	Классный час «Конфликты в нашей жизни»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Предупреждение и разрешение конфликтов с родителями»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Сложная жизненная ситуация».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в ситуациях риска и опасности».	Классный руководитель, педагог-психолог
Апрель	Беседа «Отношения в жизни человека».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Беседа «Разрушители» любви. Признаки насилия и зависимости в отношениях».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Дискуссия «Как пережить разрыв отношений?»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Стресс в жизни человека. Способы борьбы с ними»	Классный руководитель, педагог-психолог
Май	Беседа «Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Беседа «Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Беседа «Способность человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях».	Классный руководитель, педагог-психолог
	Классный час «Путь к совершенству»	Классный руководитель, педагог-психолог
	Рефлексия «Наш учебный год»	Классный руководитель, педагог-психолог

2 Модуль Психологический практикум «Психология общения»

Основной задачей реализации психологического практикума является расширение информационного поля обучающихся в вопросах межличностного конструктивного взаимодействия, социального давления, эффективных способов выхода из сложных жизненных ситуаций, саморегуляции и саморазвития эмоциональной сферы личности, формирования жизнеутверждающих установок, активной жизненной позиции.

Тематический план уроков психологии

№	Тема занятия	ответственные	Количество часов
1.	<i>«Жизнестойкий человек. Как им стать?».</i> <u>Цель:</u> познакомить с понятием жизнестойкости и её значимостью в жизни человека; исследовать уровень развития компонентов жизнестойкости и уровень тревожности у обучающихся с помощью «Теста жизнестойкости» (методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева), методики «Шкала тревожности» (15-17 лет); способствовать развитию умения адекватного принятия в свой адрес как положительной информации, так и отрицательной, осознанию внутренних проблем.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
2.	<i>«Как успешно общаться и налаживать контакты».</i> <u>Цель:</u> познакомить с особенностями межличностного взаимодействия; способствовать представлению о способах самоанализа и самокоррекции в сфере общения, развитию базовых коммуникативных умений.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
3.	<i>«Мозаика общения»</i> Цель: предоставить участникам возможность вступить во взаимодействие друг с другом, прожить ситуации сотрудничества, взаимоподдержки, создать модели эффективного общения.	Педагог-психолог, классный руководитель	1
4.	<i>«Мои проблемы».</i> <u>Цель:</u> способствовать осознанию своих проблем и поиску их решения, а также преодолению трудностей, мешающих полноценному самовыражению; актуализировать личностные ресурсы.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
5.	<i>«Стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях»</i> Цель: проанализировать имеющиеся проблемы; познакомить с различными стратегиями решения проблем; способствовать формированию индивидуальной стратегии поведения в сложной жизненной ситуации.	Педагог-психолог, классный руководитель	2

6.	<i>«Позитивное мироощущение».</i> <u>Цель:</u> способствовать формированию жизнеутверждающих установок, активации позитивно окрашенных реакций на различные, в том числе стрессовые ситуации в жизни подростков.	Педагог-психолог, классный руководитель	1
7.	<i>«Есть проблема? Нет проблем!»</i> Цель: способствовать формированию адекватного отношения к проблемам; способствовать развитию умения менять отношение к трудным ситуациям.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
8.	<i>«Регуляция стресса».</i> <u>Цель:</u> способствовать формированию навыков саморегуляции для снятия негативных последствий стресса.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
9.	<i>«Стрессу - нет!»</i> Цель: обучение приемам снижения эмоционального напряжения, отработка релаксационных упражнений.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
10.	<i>«Я не такой как все и все мы разные»</i> Цель: укрепить уважение подростков к себе и окружающим, чувство собственного достоинства, повысить коммуникабельность.	Педагог-психолог, классный руководитель	2
11.	<i>«Сопротивление давлению».</i> <u>Цель:</u> способствовать формированию навыков сопротивления давлению, позитивного отношения к стремлению быть индивидуальностью.	Педагогпсихолог, классный руководитель	2
12.	<i>«Хорошо ли быть уверенным в себе?»</i> Цель: создать условия для развития личностных возможностей, развивать навыки самоанализа собственных слов, действий, поступков и давать адекватную оценку самого себя и сложных ситуаций; научить сохранять спокойствие и невозмутимость в тех ситуациях, которые раньше вызывали тревогу, управлять собственными чувствами и эмоциями; повысить уверенное поведение и умение противостоять групповому давлению.	Педагогпсихолог, классный руководитель	1

13.	«Кризис: выход есть!». <u>Цель:</u> организация условий, способствующих осознанию своего жизненного предназначения; расширение репертуара конструктивных способов совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях.	Педагогпсихолог, классный руководитель	1
14.	«Разрешение проблемных ситуаций». <u>Цель:</u> развитие рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию. актуализация активной позиции участников в решении проблем конструктивными способами; создание алгоритма, который может помочь в построении стратегии разрешения проблемной ситуации; развитие навыков помощи себе и другим в сложной ситуации.	Педагогпсихолог, классный руководитель	2
15	«Ценности личности». <u>Цель:</u> способствовать формированию отношения подростков к ценностям как очень важной составляющей личности, которое определяет наше отношение к жизни вообще.	Педагогпсихолог, классный руководитель	2
16	«Ценить настоящее» <u>Цель:</u> помочь обучающимся обратиться к своим чувствам, проанализировать свое отношение к ценностям жизни.	Педагогпсихолог, классный руководитель	2
17	«Жить по собственному выбору». <u>Цель:</u> способствовать формированию активной жизненной позиции, оптимистического взгляда на собственное будущее; повторно исследовать уровень развития компонентов жизнестойкости и уровень тревожности у обучающихся с помощью «Теста жизнестойкости» (методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева), методики «Шкала тревожности» (15-17 лет).	Педагогпсихолог, классный руководитель	3

3 модуль Работа с обучающимися, оказавшимися в кризисной ситуации

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

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

4 Модуль Повышение психолого-педагогической компетентности родителей

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

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

Тематический план родительских собраний

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1.	Социально-психологическое тестирование. Возрастные особенности.	Сентябрь	Педагог-психолог, классный руководитель

2.	«Жизнестойкость и ее компоненты»	Октябрь	Классный руководитель, педагог-психолог
3.	«Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»	Декабрь	Классный руководитель, педагог-психолог
4.	«Нравственные ценности семьи»	Февраль	Классный руководитель, педагог-психолог
5.	«Контакты и конфликты»	Март	Классный руководитель, педагог-психолог
6.	«Общение родителей с детьми-подростками»	Апрель	Классный руководитель, педагог-психолог

5 модуль Работа с педагогами

Тематический план

№ п/п	Мероприятие	Тема	Сроки	Ответственные
1.	Педагогический Лекторий	«Программа формирования жизнестойкости, как задача воспитания».	Октябрь	Педагог-психолог
2.	Педагогический Лекторий	Проблемы аутоагрессивного поведения подростков.	Ноябрь	Педагог-психолог
3.	Педагогический Лекторий	Методы своевременного выявления обучающихся, находящихся в трудной жизненной ситуации, нуждающихся в незамедлительной помощи	Декабрь	Педагог-психолог
4.	Педагогический Лекторий	Возрастные особенности подростков	Февраль	Педагог-психолог
5.	Педагогический Лекторий	Способы улучшения детско-родительских отношений «5 языков любви».	Март	Педагог-психолог
6.	Педагогический лекторий	Жизнеспособность ученика. Роль взрослого в формировании успешности подростков	апрель	Педагог-психолог

Ожидаемые результаты: повышение уровня осведомленности школьников о своих внутренних ресурсах и уверенности в собственной способности контролировать свою жизнь; повышение степени адаптационных способностей у обучающихся в стрессовых, конфликтных ситуациях с опорой на свои ресурсные качества, связанные с самореализацией, самоутверждением и развитием личности (преодоление границ собственного «Я», выбор ценностных ориентаций, социальных установок); приобретение обучающимися умения сотрудничать и строить доверительные отношения с другими людьми, освоение навыков работы в коллективе.

Список использованных источников:

1. Всемирная Декларация о высшем образовании для XXI века: подходы и практические меры. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.infopravo.ru/fed1998/cp02/akt13969.shtm>
2. Жукова О. И. Понятие трансценденции и его значение для анализа структуры самости. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ponyatie-transtsendentsii-i-ego-znachenie-dlyaanaliza-struktury-samosti/viewer>
3. Короленко Ц. П., Шпикс Т. А., Кольчугина Л. Г., Тищенко Е. В. Профилактика суицидального поведения детей и подростков в образовательном учреждении: Методическое пособие / Научный редактор Н. А. Склянова. – Новосибирск: МКОУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2014. – 151 с.
4. Лактионова А. И. Жизнеспособность и социальная адаптация подростков. – Москва: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 236 с.
5. Мургулова А. О. Психолого-образовательное сопровождение формирования готовности старшеклассников к выбору стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://kemsu.ru/upload/iblock/d60/d6001c03c23d70c2c15c4a03133304pdf>
6. Муругова, А. О. Эмоциональные и поведенческие реакции подростков в трудных жизненных ситуациях / А. О. Муругова // Современная психология: проблемы и решения: сборник статей Международной научнопрактической конференции. – Москва, 2018. – С. 81-92.
7. Овчарова Р. В. Методология исследования жизнеспособности личности // Вестник Курганского гос. ун-та, 2019. – С. 59-65.
8. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании / Методическое пособие. – Барнаул, 2014. – 186 с.
9. Рыльская Е. А. Психологическая концепция жизнеспособности человека [Текст] / Е. А. Рыльская. – Челябинск: Изд-во «Полиграф-Мастер», 2013. – 336 с.

10.Сборник статей «Современный интегративный подход в профилактике кризисных состояний» / Под общей ред. Н. А. Складной. – Новосибирск, МКУ ДПО «ГЦОиЗ «Магистр», 2020. – 6 с.

11.Сирота Н. А., Ялтонский В. М., Хажилина И. И., Видерман Н. С. Профилактика наркомании у подростков: от теории к практике. – М.: Генезис, 2001. – 216 с.