

Значения шкал и направления деятельности профилактической, воспитательной и коррекционной работы

Рассмотрим феноменологию каждой субшкалы и направления деятельности в рамках организации профилактической, воспитательной и коррекционной работы по результатам тестирования.

1. Потребность в одобрении – это желание получать позитивный отклик в ответ на свое поведение. В гипертрофированном виде переходит в неразборчивое стремление угождать и нравиться всем подряд, лгать, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым (понравиться).

Подросткам с отклоняющимся поведением свойственно стремление к общению и взаимодействию с другими людьми, что в целом не противоречит возрастной норме коммуникативного развития личности на данном этапе онтогенеза. Вместе с тем они в гораздо большей степени, чем подростки с социально приемлемым поведением, испытывают страх быть отвергнутыми группой, партнерами по общению. Соответственно, боязнь быть отвергнутыми препятствует удовлетворению их потребности в принятии, в общении с другими людьми. Такое противоречие мотивов закономерно порождает эмоциональный дискомфорт, внутреннюю напряженность, создает ощущение фрустрации и затрудняет поиск нормативных стратегий общения, вынуждая подростков использовать неадекватные методы взаимодействия с другими людьми. Неудовлетворенность общением, в свою очередь, может приводить к риску возникновения различных девиаций в поведении подростка, в том числе и противоправного характера поведения [1].

Задача: формирование культуры достижений, развитие асертивности, развитие коммуникативных навыков и свободы самопрезентации.

В обучающей деятельности

Обеспечение возможности самопроявления обучающихся при подготовке проектных работ, докладов и т. п.

Получение обучающимися от педагога и одноклассников поддерживающей, мотивирующей обратной связи при ответах в рамках дисциплины и при проведении оценки учебных результатов и достижений.

В воспитательной и внеурочной деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих самопроявлению учеников в классном коллективе. Например, организация мероприятий, направленных на сплочение коллектива класса:

игры и тренинги на сплочение и командообразование;

однодневные и многодневные походы и экскурсии, организуемые классными руководителями и родителями;

празднования в классе дней рождения детей, включающие в себя подготовленные ученическими микрогруппами поздравления, сюрпризы и т. п.;

иные регулярные внутриклассные мероприятия, дающие каждому школьнику возможность рефлексии собственного участия в жизни класса, самопроявления и самопрезентации [25].

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация в классных коллективах программ формирования уверенного поведения, развитие принятия себя; программ формирования толерантности в общении; формирование навыков принятия конструктивной критики.

2. Подверженность влиянию группы – повышенная восприимчивость к воздействию группы или ее членов, приводящая к подчинению группе, готовности изменить свое поведение и установки.

В онтогенезе человека феномен подчинения более выражен, чем феномен руководства, поскольку каждый человек в своей жизни многократно сталкивается с ситуациями, когда он выступает в качестве подчиненного, управляемого. На протяжении жизни человек подчиняется большому числу значимых для него в целом либо в конкретной ситуации личностей: родителям и родственникам, педагогам, лидерам группы, руководителям, должностным лицам. Отношения господства и подчинения как проявление власти служат механизмом регуляции человека в общественной жизни [36].

Однако несмотря на то, что в некотором смысле склонность человека воспринимать нормы и установки общества как приоритетные или даже единственно допустимые (конформность) необходима, именно повышенная подверженность влиянию группы является фактором риска. Подросток,

находящийся еще только в стадии формирования личности, не учится выражать свое мнение, отстаивать свои интересы и быть источником активности. Таким образом, формирование подростка как психически здорового и личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме психоактивных веществ, при повышенной конформности значительно затруднено.

Задача: развитие «Я-концепции», субъективного контроля, аффилиации, асертивности, способности выразить собственное мнение.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе методов проблемного обучения.

Создание педагогических ситуаций, стимулирующих обучающихся аргументированно выражать свое мнение, отстаивать свою позицию.

В воспитательной деятельности

Использование метода делегирования полномочий с постепенной передачей части функций обучающемуся для достижения конкретных общих целей.

Создание педагогических ситуаций, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении.

Реализация медиативных (восстановительных) технологий.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ обучения поведенческим стратегиям и стратегиям сопротивления групповому влиянию и манипуляциям (контраргументация, конструктивная критика, психологическая самооборона, конфронтация, уклонение).

Реализация программ по принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении.

3. Принятие асоциальных установок социума – согласие, убежденность в приемлемости для себя отрицательных примеров поведения, распространенных в маргинальной части общества. В частности, оправдание своих социально неодобряемых поступков идеализированными и героизированными примерами поведения, достойного порицания.

У лиц с девиантным поведением субъективная ценность нравственных норм и законов снижается при одновременном повышении значимости биологических и индивидуальных мотивировок (страх наказания, риск, физиологическое удовольствие, доминирование) [11]. Для наркозависимых характерны выраженные нарушения совестливости, когда социальные нормы и правила не имеют большого значения, а их нарушение не вызывает мук совести, как при алкогольной зависимости [12].

В норме для людей наиболее значимы такие мотивировки, как обязательность выполнения законов; справедливость и обязательность наказания; соблюдение принципов нравственности и морали; высшие чувства (стыд, долг, ответственность). Лицам с девиантным поведением же свойственна оппозиционная направленность личности как результат изменений в ценностно-нормативном сознании, рассогласования индивидуальных ценностей с социальными приоритетами.

Задача: формирование условий для принятия социально значимых ценностей, принципов нравственности и морали как внутриличностных установок.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Использование интерактивных технологий введения норм поведения и общения в группе, классе, образовательной организации.

Ориентация на понятные и реализуемые нормы поведения в группе, понятные последствия нарушения норм, реализация этих последствий для всех членов группы.

Формирование установок на здоровый образ жизни, занятия спортом, включение в систему дополнительного образования, а также включение обучающегося в значимую для него и социума деятельность.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ прямой профилактики, направленных на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска («Умей сказать нет»), распознавания манипуляций и формирование способности противодействия им.

Реализация программ, ориентированных на развитие конструктивных навыков общения, развитие критичности к себе и своему поведению.

Эффективность может возыметь наличие в социальной среде обучающихся лично значимого положительного взрослого (наставника). Поэтому целесообразно проведение внеурочных мероприятий с привлечением взрослых, способных оказать положительный пример поведения, – деятелей культуры, спорта, искусства и т. д.

Девиантность подростков является, помимо прочего, результатом влияния антисоциальных установок ближайших родственников (криминальной субкультуры) [7]. Поэтому особенно важна организация работы с окружением ребенка, защита его прав, психологическое просвещение родителей и законных представителей детей.

4. Склонность к риску (опасности) – предпочтение действий и ситуаций, выбор вариантов альтернатив, сопряженных с большой вероятностью потери, возникновением негативных последствий для жизни и здоровья.

Используемые в специальной литературе термины «поведение риска» и «рискованное поведение» отчасти перекрываются понятием «саморазрушающее поведение», особенно в случае описания поведенческих практик, отличающихся высокой вероятностью возникновения физического ущерба для организма человека (употребление алкоголя, курение, переизбыток, отказ от выполнения различных гигиенических рекомендаций), поведение, связанное с увеличением риска несчастных случаев [35].

Многие авторы считают, что поиск сильных ощущений является одной из важнейших детерминант приобщения к употреблению психоактивных веществ [13; 18; 30].

Задача: формирование отношения к собственной жизни и жизни окружающих как высшей социальной ценности, саморегуляции поведения.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Реализация программ, направленных на формирование просоциальных ценностей, самоопределения.

Создание педагогических ситуаций, позволяющих оценить степень влияния и последствия рискованного поведения на жизнь и здоровье человека.

Организация сотрудничества с полицией, спасателями, службами пожарной безопасности как яркий пример рискованного социально значимого поведения.

Формирование условий самопроявления как предоставление социально приемлемых альтернатив рискованному поведению в системе дополнительного образования, спортивных секциях.

Психолого-педагогическое сопровождение

Создание условий для развития навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью (дополнительную возможность получения помощи могут обеспечить службы медиации в образовательной организации, телефоны доверия).

Реализация программ, направленных на содействие осознанию особенностей своей личности, последствий поведения, связанного с разными рисками, включая риск социально негативного поведения.

Реализация психолого-педагогических программ, направленных на развитие критичности мышления, саморегуляции поведения, формирование интернального локуса контроля.

5. Импульсивность – устойчивая склонность действовать по первому побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или эмоций.

Импульсивность как черта личности может в некоторых случаях соседствовать с искаженными когнитивными процессами, трудностями восприятия адаптивных решений и повышенным уровнем аффективного возбуждения. Деадаптивные эмоциональные и поведенческие реакции на стрессовые события способствуют вовлечению подростка в деадаптивное поведение. Особенно это обостряется в условиях раннего травматического опыта в семье и среди сверстников [31].

Задача: создание условий для формирования и развития навыков саморегуляции и рефлексии.

В обучающей деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой (например, силовое троеборье), бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, способствующих развитию навыков саморегуляции, рефлексии, произвольного контроля, методов планирования и анализа.

Проведение тренинговых занятий по развитию коммуникативной компетентности обучающихся.

Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик.

Реализация программ, направленных на развитие самосознания, самоопределение, получение дополнительных знаний об индивидуально-

типологических особенностях.

6. Тревожность – предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающих, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству.

Чаще всего индикаторами стресса у подростков служат тревожность и депрессивность. В наши дни тревожные состояния – наиболее распространенный вид эмоциональных расстройств у детей и подростков. Эмоциональное неблагополучие подростков не связано напрямую с материальным благополучием семьи и далеко не всегда связано с тем, чем мы привыкли характеризовать этот возраст, – учеба, общение со сверстниками. В пубертатный период на первый план выходит потеря или значительное ухудшение эмоциональных отношений с родителями. Поэтому крайне важно уделять внимание психологическому климату в семье, стилю межличностного взаимодействия, поддерживать и развивать у ребенка чувство уверенности в собственных силах, защищенности [23].

В целом тревожность является одним из первых признаков психоэмоционального неблагополучия человека. Тревожность статистически тесно связана с противоправным поведением. Существуют статистически значимые различия в степени выраженности тревожности у законопослушных подростков и у подростков с противоправным поведением [19].

Задача: формирование условий для развития у обучающихся чувства уверенности в собственных силах, защищенности, формирование стабильных взаимоотношений с окружающими.

В обучающей деятельности

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

Обеспечение возможности самопроявления обучающихся при подготовке проектных работ, докладов и т. п.

Получение обучающимися от педагога и одноклассников поддерживающей, мотивирующей обратной связи при ответах в рамках дисциплины и при проведении оценки учебных результатов и достижений.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения.

Проведение групповых и индивидуальных занятий, направленных на повышение самооценки, развитие коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости, развитие навыков саморегуляции.

Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик.

Целесообразно проведение углубленной диагностики тревожности с использованием иных опросников (например, Шкала тревожности Спилбергера (STAI) в адаптации Ю.Л. Ханина; Методика многомерной оценки детской тревожности (МОДТ); Шкала явной тревожности для детей (CMAS) в адаптации А.М. Прихожан).

7. Фрустрация – психическое состояние переживания неудачи, обусловленное невозможностью реализации намерений и удовлетворения потребностей, возникающее при наличии реальных или мнимых непреодолимых препятствий на пути к некоей цели.

Состояние фрустрации возникает в ожидании успеха в деятельности и признания со стороны сверстников и значимых лиц. Невозможность

удовлетворить ожидания вызывает разочарование, тревожность, огорчение, и если достигнуть этого не удастся, то для нивелирования дезадаптивного поведения необходимо проводить целевые мероприятия [37].

Социально-психологическая фрустрированность в форме повышенного недовольства жизнью в целом и ее отдельными аспектами является свойством личности с девиантным поведением [12].

Задача: повышение у обучающихся стрессоустойчивости, мотивации достижения успеха, формирование умения выбирать адекватные и конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности, которая будет способствовать налаживанию позитивных межличностных отношений в классе.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической культурой и спортом.

В деятельности по психолого-педагогическому сопровождению

Развитие навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью.

Реализация программ, направленных на развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; коррекция иррациональных убеждений и формирование рациональных установок, развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.).

Реализация программ, способствующих развитию стрессоустойчивости, формирование умения выбирать конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

8. Наркопотребление в социальном окружении – распространенность наркопотребляющих среди знакомых и близких, создающая опасность приобщения к наркотикам и формирования референтной группы из наркопотребляющих.

Девиантные сверстники часто упоминаются в качестве ведущего экзогенного фактора делинквентности подростков. Наличие девиантной группы облегчает совершение делинквентных действий, обеспечивает психологическую поддержку и поощрение за участие в таких действиях. При этом образуется порочный круг. Девиантные поступки подростка увеличивают его привлекательность для тех людей, которые одобряют такой стиль поведения. Одновременно эти поступки вызывают отрицательное отношение и санкции со стороны «нормальных» друзей, вплоть до исключения девиантного подростка из общения с ними. Это социальное отчуждение способствует активизации общения подростка с девиантной средой, уменьшает возможности социального контроля и способствует дальнейшему усилению отклоняющегося поведения и склонности к нему [3].

Задача: формирование среды позитивного общения и взаимодействия в ученическом коллективе просоциальной направленности как альтернативы среде неформального общения вне образовательной организации.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Включение элементов первичной позитивной профилактики в учебные планы и программы по биологии, химии, обществознанию.

Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Коррекция поведения ребенка через частные беседы с ним, его родителями (законными представителями), с другими учащимися класса; включение в проводимые школьным психологом тренинги общения.

Использование метода делегирования полномочий с постепенной передачей части функций обучающемуся для достижения конкретных общих целей.

Определение наставника с позитивным социальным опытом в значимом для ребенка окружении.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении.

Проведение программ прямой профилактики, направленных на отработку навыков и умений отказа в ситуациях риска («Умей сказать нет»).

9. Принятие родителями – оценочное поведение родителей, формирующее ощущение нужности у ребенка.

Принятие родителями крайне важно для формирования психически устойчивой, зрелой личности. Семейное неблагополучие, невнимание значимых взрослых к интересам подростков, неспособность удовлетворить духовные запросы и ожидания способствуют фрустрации потребности в принятии и служат

источником отчуждения ребенка от семьи и школы [3]. Нарушения в системе детско-родительских отношений являются ведущим механизмом формирования зависимого поведения, в результате чего естественные отношения «нормальной зависимости» со значимыми людьми трансформируются в суррогатное взаимодействие с химическими веществами. Стремление к удовлетворительным близким отношениям, оторванное от естественного первоначального объекта, с течением времени превращается в неконтролируемое, ненасыщаемое и деструктивное влечение [11]. Не удовлетворив потребность в принятии в семье и в школьном коллективе, подростки находят альтернативу этим социальным группам в уличной компании, где они видят почву для самоутверждения, где их понимают и поддерживают их друзья [3].

Задача: формирование у обучающихся чувства уверенности, повышение самооценки, удовлетворение близкими отношениями.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Включение родителей в подготовку совместных проектов в рамках реализации учебной деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Программы родительского всеобуча – формирование психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания детей и подростков.

Привлечение родителей к участию во внеурочных мероприятиях просоциальной направленности.

Включение ребенка в социально значимую деятельность, способствующую позитивному самопроявлению, возникновению принятия в группе.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, направленных на повышение психолого-

педагогической компетентности родителей (законных представителей) по вопросам воспитания, развития, коррекции детско-родительских отношений, совместного проведения досуга, формирования семейных традиций и ценностей.

Проведение семейных консультаций, содействующих личностному росту детей (на разных уровнях развития ребенка).

Реализация программ, направленных на формирование чувства уверенности, повышение самооценки, развитие ресурсных возможностей и способностей ребенка.

Эффективность может возыметь наличие в социальной среде обучающихся лично значимого положительного взрослого. Поэтому целесообразно проведение внеурочных мероприятий с привлечением взрослых, способных оказать положительный пример поведения – деятелей культуры, спорта, искусства и т. д.

10. Принятие одноклассниками – оценочное поведение сверстников, формирующее у учащегося чувство принадлежности к группе и причастности.

Ведущим видом деятельности в младшем подростковом возрасте (согласно периодизации Д.Б. Эльконина) является интимно-личностное общение. Для подростка принятие его сверстниками имеет ключевое значение, а социальная ситуация развития включает в себя всё новые виды социальной активности, изменяет взаимоотношения с учителями, сверстниками и родителями [32]. Те социальные потребности, которые удовлетворяются посредством общения, в дальнейшем закрепляются в личности ребенка и превращаются в мотивы его социального поведения [1]. В случае, если подросток не будет ощущать принятие одноклассниками, это может привести к социально нежелательным последствиям. Недостаток социальных контактов и дефицит в сфере деятельности, следующие из того, что школьный коллектив не занимает центрального места в системе жизненных ценностей подростка, восполняются в неформальных группировках [7].

Задача: формирование у обучающихся чувства принадлежности к группе и причастности.

В обучающей деятельности

Использование проектных методов обучения, в том числе их реализация в групповом взаимодействии.

Использование методов активного обучения: деловые игры, ролевые игры, дидактические игры.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Создание педагогических ситуаций, способствующих принятию отвергаемых в группе (классе) подростков с проблемами в обучении, поведении; способствующих включению обучающихся в совместную деятельность, демонстрирующую ресурсные возможности каждого.

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности, которая будет способствовать налаживанию позитивных межличностных отношений в классе.

Реализация медиативных (восстановительных) технологий.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Проведение социометрического обследования, изучение психологического климата в классе и учреждении в целом.

Реализация программ, направленных на сплочение ученического коллектива, формирование толерантности.

Реализация программ, направленных на развитие коммуникативных навыков, формирование уверенности в себе, повышение самооценки.

11. Социальная активность – активная жизненная позиция, выражающаяся в стремлении влиять на свою жизнь и окружающие условия.

Процесс обучения предполагает созидание, творчество, в котором обучающийся может переоткрывать существующее культурное содержание, обретая его и опыт творческой активности. Сама среда изменяется в результате практической деятельности обучающегося, когда он выступает в качестве субъекта своего собственного поведения. Осознание процессов, в которых участвует человек, позволяет ему выступать в качестве субъекта [24]. Именно находясь

в субъектной позиции, личность способна противостоять влиянию и убеждению, которые могут вовлекать несовершеннолетнего в употребление психоактивных веществ. Кроме того, социально активный подросток вовлечен во многие виды деятельности, что формирует чувство принадлежности, чувство востребованности, положительно влияет на самооценку. Социальная активность является важным личностным ресурсом, обеспечивающим развитие социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни и установки на отказ от приема наркотических и психотропных веществ.

Так, например, волонтерство можно отнести к одному из проявлений молодежной субкультуры. Данное социальное явление предполагает и самовыражение, выработку гражданской позиции молодого человека, и имеет своей направленностью нравственное воспитание, возрождение в социальной среде общечеловеческих ценностей культуры и нравственности [34]. Современное общество ожидает от индивида активной жизненной позиции, ответственности за совершаемые действия, способности человека быть самим собой, иметь четкое представление о том, чего он хочет, и уметь это реализовать [16].

Задача: формирование у обучающихся субъектной позиции и включение их в социально значимую деятельность.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые способствуют самопроявлению обучающихся, раскрытию внутренних ресурсов личности.

Включение в образовательные программы по обществознанию, истории занятий, способствующих формированию гражданской позиции и идентичности среди обучающихся.

Включение в образовательные программы изучения позитивных примеров проявления социальной активности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Формирование педагогических ситуаций, способствующих развитию самостоятельности и инициативы.

Включение в социально значимую деятельность, обеспечивающую чувство востребованности, социального признания: волонтерская деятельность, проектная деятельность, трудовая деятельность.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Формирование мотива достижения успеха, повышение уверенности; обучение навыкам планирования и контроля собственной деятельности.

Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения.

12. Самоконтроль поведения – сознательная активность по управлению своими поступками в соответствии с убеждениями и принципами.

Самоконтроль является ключевым фактором успешности и психологического благополучия личности. Напротив, низкий самоконтроль является существенным фактором риска в отношении широкого спектра личностных и межличностных проблем [4]. Самоконтроль крайне важен для осуществления деятельности по самосовершенствованию и созданию новых культурных смыслов. Самодетерминация означает свободу личности по отношению к внешним и внутренним воздействиям [6]. Психологические приемы личностного самоконтроля могут способствовать правильному выбору линии поведения [5].

Основные сферы, в которых самоконтроль оказывает благотворное влияние, – это контроль достижений, контроль мыслей, контроль эмоций и контроль импульсов (импульсивного поведения) [41]. Кроме того, агрессивное и антисоциальное поведение более свойственно детям со слабым самоконтролем. Дети с более высоким самоконтролем демонстрируют меньшую подверженность стрессу и менее склонны к употреблению наркотиков [39].

Задача: формирование у обучающихся навыков использования приемов личностного самоконтроля.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Включение обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Проведение программ прямой профилактики, направленных на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска («Умей сказать нет»), распознавания ситуаций манипуляции и формирование способности противодействия им.

Реализация программ, направленных на развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; коррекция иррациональных убеждений и формирование рациональных установок, развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.).

Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик.

13. Самоэффективность – уверенность в своей способности достичь поставленных целей, даже если это потребует больших физических и эмоциональных затрат.

В отличие от самооценки самоэффективность – это представление не о собственной ценности, а о способности совершать действия. Возникновение этих представлений совпадает с моментом, когда ребенок начинает осознавать связь между своими действиями и их результатом во внешнем мире. Представление о собственной эффективности связано с опытом поведенческих достижений. Восприятие собственной эффективности не только обладает прогностической ценностью, но и позволяет предсказать поведение с большей точностью, чем это делают ожидания в отношении результатов. Недостаточный уровень чувства собственной эффективности для достижения требуемого поведения может способствовать снижению активности субъекта. Субъект, уверенный в своих способностях, также может снизить активность, поскольку ожидает, что его поведение не будет иметь воздействия на окружающих людей или он будет наказан. Чтобы избавиться от чувства беспомощности, основанного на самоэффективности, требуется развитие компетенций и ожиданий персональной эффективности [22]. Самоэффективность также тесно связана с установками личности на безопасное поведение в ситуациях, связанных с риском [40].

Задача: формирование у обучающихся психологической устойчивости и уверенности в своих силах в трудных жизненных ситуациях.

В обучающей деятельности

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Уделение внимания условиям формирования личностных результатов обучающей деятельности.

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

В воспитательной и во внеурочной деятельности

Включение обучающихся в работу всероссийских профориентационных проектов, созданных в сети Интернет: просмотр лекций, решение учебно-тренировочных задач, участие в мастер классах.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, направленных на развитие личностных ресурсов, повышение самооценки, уверенности в своих силах, формирование мотивации к достижению успеха.

Реализация программ обучения планированию, целеполаганию, умению достигать поставленные цели (тайм-менеджмент).

Реализация программ, способствующих формированию личных стратегий достижения целей с опорой на приемы «Сравнение с самим собой».

Стоит отметить, что приведенные направления деятельности не являются исчерпывающим списком, а определяют вектор приложения усилий в процессе формирования системного профилактирующего пространства в образовательной среде.

