

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Средняя образовательная школа № 13

СОГЛАСОВАНО
на заседании МС
МБОУ «СОШ № 13»
Протокол № 1
от «31» августа 2021
зам. директора по НМР
Козина А.А.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 240
от «01» сентября 2021
Директор МБОУ "СОШ 13"
Чайко В.И.

**Программа по формированию
жизнестойкости учащихся
1-11 классов
«Радость жизни»**

Авторы-составители:
Непомнящих М.С.,
Кузнецова В.В.
педагоги-психологи МБОУ «СОШ № 13»

г. Братск, 2021 год

Оглавление

1. Информационная карта программы	3
2. Пояснительная записка	4
3. Нормативно-правовая база программы.....	4
4. Кадровое обеспечение программы	6
5. Механизм создания и реализации программы реализации.....	9
6. Содержание программы	11
7. Первый модуль	12
8. Второй модуль	17
9. Третий модуль	21
10. Четвёртый модуль	22
11. Ожидаемые результаты.....	23
12. Способы оценки эффективности программы	24
13. Список литературы	26
14. Приложения	27

Информационная карта программы

Полное название программы	Программа по формированию жизнестойкости учащихся 1-11 классов «Радость жизни»
Разработчики программы	Непомнящих Марина Сергеевна, Кузнецова Виктория Викторовна педагоги-психологи МБОУ «СОШ № 13»
Цель программы	Повышение уровня жизнестойкости учащихся, профилактика антивитального поведения.
Сроки реализации	Долгосрочная
Адресность программы	Учащиеся 1-11 классов, родители, педагогический коллектив
Краткое содержание программы	Работа программы строится по четырём модулям: 1. Профилактическая работа в классных коллективах (в рамках классных часов). 2. Групповая и индивидуальная работа с учащимися «группы риска». 3. Индивидуальная работа с обучающимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации. 4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей.

Пояснительная записка

В современных образовательных условиях целенаправленное формирование у обучающихся жизнестойкости, как «интегральной характеристики личности, позволяющей сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития» (Книжникова С.В.), является актуальной задачей педагогического коллектива любой образовательной организации. Решение данной задачи возможно в комплексном взаимодействии: родители обучающихся, педагоги (классные руководители, учителя-предметники), социальные педагоги, педагоги-психологи.

Жизнестойкость следует понимать как *системное психологическое свойство*, возникающее у человека вследствие особого сочетания установок и навыков, позволяющих ему превращать проблемные ситуации в новые возможности (С.А.Богомаз, 2008)

Формирование жизнестойкости опирается на аксиологический подход к категории «ценность»: ценность человеческой жизни, цели и смысла жизни. Формируется отношение к общечеловеческим ценностям, определяется выбор социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора, индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях.

Программа направлена на учащихся 1-11 классов. Этот выбор обусловлен особенностями периодов адаптации к новым ступеням обучения, трудностями подросткового периода, связанного с развитием саморефлексии, становлением индивидуальной и социальной идентичности, повышающим и проявление антивиталяного поведения, подготовкой выпускных классов к сдаче ГИА..

Цель программы – повышение уровня жизнестойкости подростков, профилактика суицидального поведения.

Достижение этой цели предполагает решение взаимосвязанных задач:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
3. Формирование у детей и подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
4. Организация и включение детей и подростков в ценностно значимую для них деятельность.

Нормативно-правовая база программы

- Конвенция ООН о правах ребенка (ст. 6, 8, 16, 27, 28, 29, 30)
- Федеральный закон Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012, статья 42
- Федеральный закон Российской Федерации № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» от 24.07.1998, статья 14
- Федеральный закон Российской Федерации № 120-ФЗ от 24.06.1999 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»
- Указ Президента Российской Федерации от 01.06.2012 № 761 «О национальной стратегии в интересах детей на 2012-2017 годы»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»
- Письмо Министерства образования Российской Федерации «О мерах по профилактике суицида среди детей и подростков» от 26.01.2000 и от 29.05.2003.
- Письмо Департамента воспитания и социализации детей Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.02.2012 № 06-356 «О мерах по профилактике суицидального поведения обучающихся»
- Письмо Министерства образования Российской Федерации «О суицидальной ситуации среди несовершеннолетних» от №03-03/5556
- План мероприятий Министерства образования и науки Российской Федерации по профилактике суицидального поведения среди обучающихся образовательных учреждений на 2011-2015 годы, утв. приказом Минобрнауки России от №2537
- Уголовный кодекс Российской Федерации (ст. 117 «Истязание», ст. 110 «Доведение до самоубийства», ст. 131-134 «О преступлениях сексуального характера»)
- Административный кодекс Российской Федерации (ст. 164 «О правах и обязанностях родителей»)

Основные принципы программы

Принцип гуманизации – соблюдение прав ребенка, закрепленных законом «Об образовании Российской Федерации», Декларацией прав ребенка, Конвенцией о правах ребенка и др. нормативными документами

Принцип программно-целевого подхода предполагает единую систему планирования и своевременное внесение корректив в планы;

Принцип ценности личности, заключающийся в самоценности ребенка.

Принцип уникальности личности, состоящий в признании индивидуальности ребенка.

Принцип приоритета личностного развития, когда обучение выступает не как самоцель, а как средство развития личности каждого ребенка.

Принцип ориентации на зону ближнего развития каждого ученика.

Принцип эмоционально-ценностных ориентаций учебно-воспитательного процесса.

Кадровое обеспечение программы:

Директор школы

Заместитель директора по воспитательной работе

Классные руководители 1-11 классов

Социальный педагог

Педагоги-психологи

Учителя-предметники

Направления работы участников реализации программы

Классный руководитель

•Своевременно выявляет и оформляет документы для постановки на внутришкольный профилактический учет обучающихся, находящихся в социально опасном положении и в трудной жизненной ситуации, а также нуждающихся в индивидуальном психолого-педагогическом подходе.

•Совместно с педагогом-психологом и социальным педагогом проводит работу по выявлению группы риска по суицидальному поведению обучающихся.

•Осуществляет контроль за стилем воспитания, родителско-детскими отношениями и жилищно-бытовыми условиями семей находящихся в социально опасном положении, обучающихся находящихся в трудной жизненной ситуации, а также нуждающихся в индивидуальном психолого-педагогическом подходе.

•Своевременно **выявляет несовершеннолетних, проживающих у родственников, в других семьях без отсутствия на то законных оснований** (оформление временной опеки). Информировать администрацию образовательной организации, органы опеки и попечительства о данных фактах.

•Систематически организует **посещение на дому, рейды, обходы** с целью выявления несовершеннолетних детей, находящихся в социально опасном положении и в трудной жизненной ситуации, а также нуждающихся индивидуальном психолого-педагогическом подходе.

•Осуществляет постоянное **педагогическое наблюдение и контроль** за поведением обучающихся этой категории.

•Своевременно информирует и **привлекает необходимых специалистов** (медицинских работников, социальных работников и органов профилактики) для проведения консультаций с детьми и жителями, оказания им адресной помощи.

•**Информирует учителей-предметников** о детях, нуждающихся в индивидуальном психолого-педагогическом подходе и проводит совместное наблюдение за психоэмоциональным состоянием, поведением несовершеннолетних.

Социальный педагог

•**Подробно изучает социально-педагогические характеристики** классов и индивидуальные характеристики обучающихся, подготовленные классным руководителем при составлении социального паспорта образовательной организации, **проводит собеседования** с классными руководителями.

•Совместно с педагогом-психологом и классным руководителем **проводит работу** по выявлению группы риска по суицидальному поведению обучающихся.

•Участвует в работе методического объединения классных руководителей для своевременного получения информации об учащих и их семьях (**выявление личностных и семейных проблем**).

•Составляет картотеку учащихся, попадающих в «группу риска» и семей, с которыми необходима постоянная социально-педагогическая и психологическая работа (**социальный патронаж**).

•Использует различные формы работы с родителями в целях информирования и просвещения (**родительские собрания, консультирование, анкетирование, родительский лекторий и т.д.**).

•Организует **социально-педагогическое и психологическое сопровождение пострадавшего** и оказание необходимой помощи (коррекция детско-родительских отношений, индивидуальная работа с каждым членом семьи, коррекция особенностей поведения, общения с участниками образовательного процесса, предотвращение агрессивного поведения и межличностных конфликтов и т.д.).

•В системе воспитательной работы школы со всеми участникам образовательного процесса **ведет просветительскую работу** по предотвращению суицидального поведения подростков.

Педагог-психолог

•Проводит **психологическую диагностику** в целях выявления низкой самооценки, высокой тревожности, депрессивного состояния, дезадаптации и т.п. **Выявляет «группы риска»** по суицидальному поведению среди учащихся с целью оказания своевременной и комплексной помощи ребенку в разрешении возникшей сложной ситуации.

•Совместно с классным руководителем, социальным педагогом **работает** с детьми «группы риска» по суицидальному поведению.

•Проводит **индивидуальные консультации и коррекционно-развивающие занятия**, направленные на формирование у учащихся жизненно важных навыков (позитивного отношения к себе и к окружающим, навыков саморегуляции психоэмоционального состояния, разрешать конфликты и адекватно вести себя в стрессовых ситуациях).

•В целях повышения компетентности и ответственности **информирует родителей, проводит практикумы и тренинги** (родительские собрания, консультирование, анкетирование и т.д.)

•Оказывает **психологическую помощь ребенку**, не оставляет его одного, без наблюдения взрослых до разрешения ситуации и приведения ребенка в адекватное психологическое состояние.

•Осуществляет **информационно-просветительскую деятельность** конференции, деловые игры, проектную деятельность на темы особенностей подросткового возраста, психологии отклоняющегося поведения среди детей и подростков, причинах и признаках подростковых суицидов, неформальных молодежных течений, взаимодействия с семьей и др.). Желательно использование совместных форм деятельности (педагоги-учащиеся, педагоги-родители, сверстник-сверстнику).

•Распространяет российские, краевые **«Телефоны доверия»** горячей линии.

Учителя-предметники

• **Информируют классного руководителя** о выявленных психоэмоциональных состояниях, проблемном поведении обучающихся, **реализуют индивидуальный подход**, учитывая возрастные особенности, создают безопасную атмосферу в группе.

• Осуществляют постоянное **педагогическое наблюдение** (контроль) за поведением обучающихся этой категории во время учебного процесса.

• Разрабатывают и **внедряют** в образовательные **программы** разделы, направленные на формирование у детей и подростков коммуникативных навыков, позитивного отношения к себе и к окружающим, навыков саморегуляции психоэмоционального состояния, умения разрешать конфликты и адекватно вести себя в стрессовых ситуациях.

Механизм создания и реализации программы

I. Подготовительный этап	
Администрация	<ol style="list-style-type: none">1. Издает локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность педагогических работников по формированию жизнестойкости обучающихся;2. Включает в план ВР раздел: «Формирование жизнестойкости обучающихся»;3. Организует проведение методических семинаров, (педагогических советов) по организационно-содержательным вопросам формирования жизнестойкости обучающихся в образовательной организации педагогическими работниками
Классный руководитель	<ol style="list-style-type: none">1. Определяет направления ВР в классном коллективе с учетом профиля сформированных качеств жизнестойкости в классе;2. Планирует содержание классных часов, родительских собраний;3. Взаимодействует с педагогом-психологом, социальным педагогом
Педагог-психолог	<ol style="list-style-type: none">1. Проводит диагностику и разрабатывает занятия по формированию жизнестойкости.2. Определяет группу подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации исходя из проведённых классным руководителем методик: обучающиеся, находящиеся в состоянии развода родителей, в состоянии острого горя (смерть родственников, суицид в семье и др.), обучающиеся (воспитанники) без попечения родителей,

	<p>пережившие насилие или жестокое обращение, попытку суицида, с проявлениями антивитальной направленности;</p> <p>3. Проводит консультирование родителей (законных представителей) данной группы подростков, <u>получает письменное разрешение</u> (или письменный отказ) о проведении индивидуальной (групповой) коррекционно-развивающей работы;</p> <p>4. Проводит диагностику личностного развития детей подросткового возраста с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (при наличии письменного разрешения родителей (законных представителей));</p> <p>5. Проводит индивидуальные (групповые) занятия с подростками группы риска.</p>
II. Формирующий этап	
Администрация	<p>1. Организует проведение родительских собраний, методических семинаров, педагогических советов по вопросам повышения психолого-педагогической компетентности педагогов;</p> <p>2. Координирует работу всех педагогических работников и организует контроль за исполнением плана по формированию жизнестойкости обучающихся</p>
Классный руководитель	<p>1. Организует просветительскую работу с родителями (законными представителями) обучающихся;</p> <p>2. Проводит классные часы по формированию жизнестойкости в соответствии с планом работы;</p> <p>3. Организует включение подростков в ценностно значимую для них деятельность;</p> <p>4. Осуществляет индивидуальное педагогическое сопровождение обучающихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, с низким коэффициентом социальной компетентности</p>
Педагог-психолог	<p>1. Организует в адаптационный период (октябрь-ноябрь) проведение 1-2 групповых психологических занятий в пятых, девярых, десятых классах, в «сборных» - вновь созданных классах, а также в классах, где появился новый ученик, в конфликтных классах (по мере необходимости);</p> <p>2. Проводит индивидуальные (групповые) коррекционно-развивающие занятия по формированию совладающего поведения с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации;</p> <p>3. Участвует в подготовке и проведении родительских собраний, семинаров для педагогов и родителей (законных представителей);</p>

	4. Осуществляет методическое сопровождение классных руководителей по организации ими работы в классах, направленной на формирование жизнестойкости.
Социальный педагог	1. Осуществляет социальный патронаж обучающихся, находящихся в социально опасном положении, на учете в КДНиЗП, ПДН. 2. Проводит совместную работу с классными руководителями и педагогом-психологом по развитию жизнестойкости
III. Мониторинг	
Администрация	1. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в 2021-2022 учебном году в соответствии с показателями эффективности; 2. Осуществляет планирование работы на следующий учебный год ; 3. Организует обсуждение результатов работы с родителями (законными представителями) и педагогическим коллективом; 4. Проектирует воспитательную работу по формированию жизнестойкости обучающихся на следующий учебный год с учетом достигнутых результатов
Классный руководитель 5, 7, 9 классов	1. Проводит с классом диагностику по методике Степанова П.В. «Уровень личностного роста» 2. Проводит анализ и оценку результатов совместно с педагогом-психологом, социальным педагогом и завучем по ВР по итогам проделанной работы; 3. Планирует работу с классным коллективом на следующий учебный год (с учетом профиля сформированности качеств жизнестойкости в классном коллективе)
Педагог-психолог	1. Организует проведение мониторинга уровня жизнестойкости обучающихся на основе психологической диагностики; 2. Осуществляет анализ и оценку результатов школьной программы формирования жизнестойкости обучающихся в соответствии с показателями эффективности (совместно с администрацией школы и социальным педагогом); 3. Планирует мероприятия по повышению психолого-педагогической компетентности педагогов, родителей (законных представителей), собственную работу на следующий учебный год с учетом результатов мониторинга социальной компетентности обучающихся

Содержание программы

Гибкость моделирования программы

Программа формирования жизнестойкости учащихся «Радость жизни» является долгосрочной. С каждым годом предполагается совершенствование программы с учетом конкретной ситуации в школе, стремительного развития общественных отношений, технического прогресса, появления новых механизмов диагностики и коррекции.

Каждый год планируется привлекать к участию в реализации программы новых интересных людей, специалистов, которые внесут в проект свои коррективы и новые идеи. Также из года в год, накапливая опыт работы, мы приобретаем неоценимый жизненный материал для создания наиболее интересных мероприятий и расширения форм и методов работы с несовершеннолетними.

Программа по формированию жизнестойкости «Радость жизни» является долгосрочной и включает в себя совокупность деятельности всех участников образовательного процесса, поэтому вся работа по программе выстраивается по четырём модулям:

1. Профилактическая работа в классах (в рамках внеурочной деятельности, на классных часах)
2. Групповые занятия с учащимися «группы риска»
3. Индивидуальная работа с учащимися группы риска и оказавшимися в трудной жизненной ситуации
4. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей

Программа реализуется на трёх уровнях обучения.

Первый уровень – 1-4 классы. Это уровень развития самостоятельности, осознание своего «Я»: особое внимание уделяется освоению норм и правил совместного проживания жизни, культурных ценностей; прививаются правила общения; дается понятие здорового образа жизни, чувства ответственности за коллективный и индивидуальный учебный труд, и совместные мероприятия.

Второй уровень – 5-9 классы. Это уровень самоопределения, связанного с развитием саморефлексии, становлением индивидуальной и социальной идентичности, повышающим и проявление антивитального поведения у подростков сформированными качествами жизнестойкости.

Третий уровень – 10-11 классы. Это уровни самоорганизации:

обучающимся предлагается возможность реализовать свои индивидуальные способности в разнообразных видах жизнедеятельности. Они расширяют свои представления о Человеке как субъекте жизни; учатся вести диалог, монолог, дискуссию; учатся анализировать поступки свои и своих товарищей, отвечать за свои поступки, за порученное дело; учатся проживать различные жизненные ситуации, обретая определенные навыки жизнедеятельности.

Формы и методы реализации программы

Классные часы, психологический практикум, проекты, родительские собрания.

Практические занятия с элементами тренинга, деловые и ролевые игры, тренинги, беседы, дискуссии и диспуты.

Диагностические методики:

1. На первом уровне обучения:

Групповая диагностика сформированности УУД младших школьников (1-4 кл.) является частью скрининга в 1 и 4 классах. Данные методики, направлены на выявление уровня тревожности, самооценки, коммуникативных навыков, а также на социометрический статус ребёнка в классном коллективе.

2. На втором и третьем уровне обучения (5-11 кл.) рационально, с нашей точки зрения, использовать следующие методики:

1. Социально-психологическое тестирование (Методические рекомендации по подготовке и проведению социально-психологического тестирования лиц, обучающихся в общеобразовательных организациях ГКУ «ЦПРК») (7-11 кл.)
2. Методика для определения уровня суицидального риска «Незаконченные предложения» А.Г. Самохвалова, О.Н. Вишневская (7-11 кл.)
3. Определение уровня тревожности для подростков (5-7 кл.)
4. «Определение уровня самооценки и притязаний» Дембо-Рубинштейн
5. Диагностика и мониторинг уровня личностного роста и воспитанности школьников П.В. Степанов
6. Определение уровня школьной мотивации
7. Методика «Удовлетворенность школьной жизнью»
8. Анкета «Взаимоотношения в семье»
9. Социометрический статус обучающегося (опрос классного руководителя)
10. «Анкета определения готовности учеников к ГИА» Чибисовой М.Ю.

Содержание первого модуля

«Профилактическая работа в классных коллективах»

Мероприятия этого модуля направлены на решение следующих задач:

На первом уровне обучения:

1. Создание условий для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности учащихся.
2. Развитие эмоциональной и коммуникативной сфер личности учащихся.
3. Развитие навыков сотрудничества, доверительного отношения друг к другу; сплочение классного коллектива

Мероприятия этого блока реализуются с учётом механизма развития психологических структур учащихся 1-4 классов:

1. Научатся лучше понимать самого себя и других людей.
2. Научатся грамотно ставить установки для преодоления школьных трудностей.
3. Научится применять социальные и коммуникативные умения, для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
4. Научится контролировать социально неприемлемые черты характера и поведения.

На втором и третьем уровне:

1. формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
2. формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

Мероприятия этого блока реализуются с учётом механизма развития психологических структур подростка, позволяющих превращать проблемные ситуации в новые возможности:

1. показать возможности подростка,
2. помочь их осмыслить,
3. выбрать именно для себя должное,
4. сформулировать цель,
5. организовать деятельность в выбранном направлении.

Занятия с учащимися разбиваются по блокам:

1-4 класс: «Я и школа», «Познаю себя», «Я и другие», «Учусь общаться»

5-7 класс: «Я и моя жизнь»

8-9 класс: «Моё место в этом мире»

10-11 класс: «Меня ждёт новый путь»

Рекомендуемая 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?
5. Притча

Содержание работы с учащимися по классам	
1 класс	Социальные и личностные навыки: адаптация к новым социальным условиям, среде; снижение тревожности; саморегуляция
2 класс	навыки интеллектуальной деятельности: позитивный анализ трудных жизненных ситуаций (саногенное мышление); эмоциональное воображение.
3 класс	коммуникативные навыки: социальная поддержка (учителя, родители, сверстники); просьбы, отказа, реагирования на справедливую и несправедливую критику; операционных действий, которые помогают не растеряться в необычной ситуации.
4 класс	навыки саморегуляции, как стратегии совладающего поведения с трудными жизненными ситуациями: поведенческие; интеллектуальные; эмоциональные.
5-6 класс	познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, самовоспитание
7-9 класс	целесообразно учитывать потребность взрослеющих подростков в избирательности общения, их эмоциональную ранимость, потребность в признании и стремление к самоутверждению
10-11 класс	профориентация: определение подростками своего дальнейшего профессионального и жизненного пути; подготовка к сдаче ЕГЭ: формирование индивидуального стиля поведения старшеклассника, необходимого для успешной деятельности в ситуации сдачи экзамена.

Условия успешности профилактической работы в классных коллективах:

- системный характер,
- диалоговое взаимодействие,
- безоценочное принятие личности учащихся,
- отсутствие назидательности со стороны педагога.

Содержание классных часов (примерное)

Тема	Содержание	Кол-во
------	------------	--------

		часов
1 класс		
Я умею быть доброжелательным	Овладевают способами самооценки выполнения действия. Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт Выполняют различные роли. Формируют положительное отношение к школе	1
Чувства бывают разные	Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолеть их. Высказывают свое мнение. Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	1
Разные чувства	Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолеть их Высказывают свое мнение Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	1
Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого	Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале. Классифицируют объекты под руководством учителя. Принимают чужую точку зрения. Знают правила игрового общения.	1
2 класс		
Школьные трудности	Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения. Высказывают свое мнение. Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности.	1
Как изменить настроение	Развитие познавательного интереса к себе; привить навыки регуляции своего эмоционального состояния.	1
Твои чувства.	Развитие умения анализировать чувства других людей или литературных героев; научить детей анализировать свои чувства.	1
Как помириться после ссоры.	Развить представление о необходимости и важности примирения; научить ребенка выражать свои чувства без агрессии даже в ситуации, когда он рассержен или обижен.	1

3 класс		
Я и моя школа	Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения Усваивают разные способы запоминания информации Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	1
Для чего нужна улыбка.	Укрепление представления детей о значении доброжелательных отношений между людьми.	1
Как воспитывать свой характер.	Воспитать твердость, силу воли, целеустремленность. На известных примерах показать значение силы воли и твердости характера в жизни людей и убедить ребят в том, что это доступно при желании каждому.	1
Как научиться разговаривать с людьми.	Формирование у ребенка элементарных навыков общения.	1
4 класс		
Взаимопомощь в классе	Овладевают способами самооценки выполнения действия. Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт. Выполняют различные роли. Формируют положительное отношение к школе	1
Какой у тебя характер.	Дать учащимся представление о характере, многообразии черт характера; научить ребенка анализировать свой характер.	1
Как понять друг друга без слов.	Сформировать представление о значении мимики и жестов в общении.	1
Как сказать «нет» и отстоять свое мнение.	Обучение ребят умению критически оценить ситуацию и поступки других людей, не поддаваться чужому влиянию; не следовать бездумно примеру других (взрослых, более сильных).	1
5 класс		
Я – это Я. Я и мое окружение.	Самоанализ своей личности и развитие саморефлексии. Мотивация к самосовершенствованию. Самопрезентация. Сплочение коллектива, формирование толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	1-2
Самое ценное в моей жизни	Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Развитие представления	1-2

	о взаимосвязи личных качеств с жизненными успехами и неудачами людей. Формирование: убеждения, что успех в учебе и других делах зависит от труда и упорства; уверенного поведения, произвольности и самоконтроля, адекватной самооценки. Обучение приемам конструктивного общения.	
Практикум уверенного поведения в опасных ситуациях	Формирование понятий: опасность, риск, трудная жизненная ситуация, помощь, самопомощь, взаимопомощь. Обучение приемам анализа, планирования и преодоления трудной жизненной ситуации. Формирования умения обращаться за помощью к взрослому, сверстникам, пользоваться телефоном доверия. Службы экстренной помощи. Жизнестойкий человек. Как им стать?	1-2
6 класс		
Успешный Я	Формирование позитивных представлений о будущем; убеждения, что будущее нужно планировать, достижения и успех – результат деятельности человека. Обучение основам саморегуляции.	1-2
Я умею справляться с трудностями	Формирование позитивного мышления, навыков самоконтроля и саморегуляции. Тренировка принятия решения, обращения за помощью и преодоления трудной жизненной ситуации (на модели игровой ситуации). Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1-2
Стать другом самому себе	Формирование адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны; мотивации, целеполагания, планирования саморазвития; конструктивного отношения к критике в свой адрес. Тренировка в приемах саморегуляции, самопрезентации (на модели игровой ситуации).	1-2
7 класс		
Моя индивидуальность	Осознание собственной ценности, ценности человеческой жизни. Выбор своей социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми. Тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения.	1-2
Умей сказать	Формирование умения постоять за себя,	1-2

«НЕТ!»	отстаивать свои права, сказать «нет»; анализировать ситуации, выявляя свое ошибочное суждение. Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях. Информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей.	
8 класс		
Цель моей жизни	Дискуссия о жизненных целях и ценностях. Определение факторов риска и опасности (в т.ч. зависимости). Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в ситуациях риска и опасности.	1-2
Рискнуть или не рискнуть?	Дискуссия: «Риск – дело благородное?» Формирование понятий: неоправданный риск, минимальный риск, склонность к риску, минимизирование неизбежного риска, самосохранение, самоспасение, самопомощь. Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1-2
9 класс		
Жизнь по собственному выбору	Актуализация представления о своем будущем, о своих жизненных целях. Профессия как ценность. Формулирование целей и определение временных границ. Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях. Программы защиты от стресса, зависимости.	1-2
Любовь – это важно!	Любовь и романтические отношения в жизни человека. Отношение к любви в разные эпохи. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия и зависимости в отношениях. Как пережить разрыв романтических отношений?	1-2
Смысл моей жизни	Проблемы смысла жизни и счастья – составляющие счастья. Я – в мире сверстников. Я – в мире взрослых.	1-2
10 класс		
«Секреты» выбора профессии	Мотивы, ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении. Склонности и интересы в профессиональном выборе	1-2

Возможности личности в профессиональной деятельности	Внутренний мир человека, система представлений о себе и проблема выбора профессии. Профессиональная деятельность в жизни человека.	1-2
Жить по собственному выбору	Активная жизненная позиция, оптимистичный взгляд на жизненные события. Ответственность за свой выбор	1-2
11 класс		
Эффективная подготовка к прохождению ГИА	Плюсы и минусы ЕГЭ: объективный взгляд на экзамен	1-2
Стресс: друг или враг?	Понятие о стрессе. Как справиться со стрессом на экзамене. Уверенность на экзаменах	1-2
Моя стратегия успеха	Личностный жизненный и профессиональный план.	1-2

Содержание второго модуля Групповые занятия с учащимися «группы риска»

Программа занятий для *первого уровня* обучения представляет собой систему обучения здоровому жизненному стилю, направленную на развитие эмоциональной сферы, развитие рефлексии чувств, на формирование у детей стремления преодолевать жизненные трудности, справляться со стрессом без применения отклоняющихся форм поведения и в дальнейшем без употребления алкоголя и наркотиков. Структура программы разработана с учетом возрастных особенностей детей младшего школьного возраста.

Программа была адаптирована Н. В. Галашевой с игровой программы профилактики и зависимости от психоактивных веществ и отклоняющегося поведения детей младшего школьного возраста «Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами для детей 6-12 лет», Н. Р. Шорохова, 2017г.

Программа рассчитана на 4 года, в количестве 17 занятий по 40 мин, 1 раз в неделю, программа разделена на блоки (по параллелям) по 4-5 занятий ежегодно, занятия могут быть включены в программу внеурочной деятельности.

Вновь выявленные учащиеся «группы риска» продолжают программу в соответствии с планом, но в индивидуальном порядке знакомим с содержанием пройденных тем.

Возраст участников: 7-10 лет.

Оптимальное количество участников: от 8 до 15 человек.

Цель программы: повышение психосоциальной адаптации детей 1-4 классов.

Задачи программы:

1. Формирование адаптивных и эффективных стратегий поведения.

2. Развитие ресурсов личности.
3. Развитие рефлексии чувств:
 - принятие своих чувств и чувств окружающих людей;
 - развитие умения различать эмоции и чувства, опознавать их у себя и у других;
 - умение говорить о своих эмоциях и проблемах.
4. Формирование адаптивного представления о себе.
5. Формирование позитивной самооценки.
6. Выработка коммуникативных навыков, навык сплочения группы.
7. Осознание и определение своего персонального пространства.
8. Признание права на собственные ошибки.
9. Развитие умения отстаивать собственное мнение.
10. Умение разрешать конфликты мирным путем.
11. Формирование умения ставить перед собой цели и достигать их.

№	Название тем	Кол-во часов	Содержание
1 класс			
1	Знакомство	1	Знакомство, настройка на атмосферу игры. Упражнения «Правила группы» «Приветствие по...», «Работа в парах» Рефлексия
2	. Знакомство с городом чувств	1	Сплочение коллектива, развитие чувства эмпатии к окружающим. Упражнения «Город чувств», «На что похоже мое настроение», «Угадайка» Рефлексия
3	Подготовка к отплытию. Знакомство с городом чувств	1	Сплочение коллектива, развитие чувства эмпатии к окружающим. Упражнение «Рисунок карты океана чувств» Рефлексия
4	Ветер удивления	1	Упражнение «Добрые слова», «Болото» «Волшебный стул», «Вербальное и «Удивительные истории». Рефлексия
5	Ветер удивления	1	Упражнение «Добрые слова», «Картинки» «Рассказ». Рефлексия
	Итого:	5 час	
2 класс			
1	Остров Страха	1	Упражнения «Добрые слова», «Что такое страх?», «Список страхов», «Работа двух команд», «Мои добрые дела». Рефлексия
2	Вихри тревоги	1	Упражнения «Добрые слова», «Что меня тревожит?», «Вихри тревоги». Рефлексия.

3	Остров Коварства	1	Упражнения «Добрые слова», «Остров коварства». Рефлексия
4	Остров Коварства	1	Упражнения «Добрые слова», «Остров коварства « (продолжение). Рефлексия
	Итого:	4 час	
3 класс			
1	Треугольник Непонимания	1	Упражнение «Добрые слова», «Что такое непонимание?», «Пантомима», «Понять партнера». Рефлексия
2	Водоворот Обиды	1	Упражнения «Добрые слова», «Водоворот» «Обиженный», «Десять комнат». Рефлексия
3	Водоворот Обиды	1	Упражнения «Добрые слова», «На что похожа обида», «Отдать червяка», «Моя обида». Рефлексия
4	Водоворот Обиды	1	Упражнения «Добрые слова», «Прощение и благодарность», «Мусорное ведро», «Подарок». Рефлексия
	Итого:	4 час	
4 класс			
1	Фонтан Веселья	1	Упражнения «Добрые слова», «Три лица, три чувства», «Жмурки на слух». Рефлексия
2	Саргассовы Лени	1	Упражнения «Добрые слова», «Что мне делать лень?», «Избавление от лени». Рефлексия
3	Виноватый дождь	1	Упражнения «Добрые слова», «История летающего острова», «Рисунок». Рефлексия
4	Город Радости	1	Упражнение «Добрые слова», «Веселые животные», «Волшебный кубик», рисунок «Гости из Мира Эмоций». Рефлексия
	Итого:	4 час	
ВСЕГО:		17 ч	

Содержание занятий курса для *второго и третьего уровня* направлено 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.

Программа элективного курса построена на основе программы «Психологическая подготовка к трудным жизненным ситуациям» для подростков 7-9 классов С.В. Книжниковой и программы психологической

помощи подросткам «Поверь в себя» Ю.Н. Зариповой и направлена на формирование навыков совладающего поведения.

№	Название тем	Кол-во час	Структура занятия
Личностный блок			
Представление о самом себе, или самоидентификация.			
1	Добро пожаловать в группу	1	Беседа, выработка правил, анкетирование.
2	Работа с именем	1	Приветствие, энергизатор «Снежный ком» Интерактивная игра «Имя мое...». Рефлексия.
3	Наши особенности	1	Приветствие, энергизатор «Букет». Интерактивная игра «Если бы я был цветком», упражнение «Орехи». Обсуждение работ. Рефлексия занятия.
4.	«Я – подросток»	2	Приветствие, энергизатор «С чем пожаловали?». Информация об особенностях подросткового периода. Игра «Чтобы выжить» на осмысление личных психологических зон риска подростка. Рефлексия.
5.	«Я – это я. И это замечательно»	1	Приветствие, энергизатор «Встреча». Интерактивная игра «Футболка с надписью». «Двадцать я». Релаксация «Полет белой птицы». Упражнение «Легкие пути ведут в тупик». Рефлексия
6.	«Я горжусь ...»	1	Приветствие. Энергизатор «Ревущий мотор». Интерактивная игра «Я горжусь». Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» Упражнение «Комплименты». Рефлексия
7.	Доверие в жизни человека.	1	Приветствие Энергизатор «Бабушка из Бразилии». Упражнения «Тест на доверие», «Только вместе», «Скульптура недоверия - доверия». Рефлексия
8.	Как справиться с гневом?	2	Приветствие. Энергизатор «Доброе животное» Беседа о чувствах и эмоциях. Упражнения «Цвет моего настроения», «Имена чувств». Работа с притчей «О змее». Упражнение «Выставка», «Эмоции в моем теле», «Место покоя»
9	«Преодолеваем	2	Приветствие. Энергизатор «Театр

	страхи»		Кабуки». Беседа о страхах. Упражнение «Рисунок страха» Упражнение «Способы преодоления страха», «Морское царство»
10	Основы саморегуляции	2	Приветствие. Энергизатор. Беседа о важности саморегуляции. Упражнение «Аукцион» Знакомство с техниками мышечного расслабления, «Чувство прекрасного» Рефлексия занятия.
Развитие рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию			
11	Уверенность и неуверенность в себе	2	Приветствие. Энергизатор «Общий счет» Упражнения «Уверенность и неуверенность в себе», «Уверенный – неуверенный = грубый», «Сильные стороны». Рефлексия
12.	Проблема как друг	2	Приветствие. Энергизатор «Фруктовый салат» Беседа. Упражнения «Диалог со своим мозгом», «Воздушный шарик», «Внушение», «Минута молчания», «Шаги к успеху». Рефлексия
13.	Формулирование целей»	1	Приветствие. Энергизатор «Постройтесь по ...». Интерактивная игра «Я в будущем». Рефлексия
14.	Главные цели и определение временных границ	2	Приветствие. Энергизатор «Вертолет» Упражнения «Перевоплощение», «Главные цели и определение временных границ». Рефлексия
15.	Оценка ресурсов и препятствий	1	Приветствие. Энергизатор «У дяди Абрама...» Упражнения «Перевоплощение», «Оценка ресурсов и препятствий». Рефлексия
16.	Продвижение к цели	1	Приветствие. Энергизатор «Меняющаяся комната». Ролевая игра «Продвижение к цели». Обсуждение. Упражнение «Браво». Рефлексия занятия.
17.	«Ценить настоящее»	1	Приветствие. Энергизатор. Воздушный шарик». Беседа о смысле жизни. Прослушивание и обсуждение рассказа. Рефлексия
19.	Если бы я был	1	Приветствие. Энергизатор «Пробейся

	творцом.		сквозь рад». Игра «Цепочка ценностей» Игра - презентация «Заповеди». Упражнение «Если бы я был творцом». Рефлексия занятия.
20	Пирамида жизни	1	Приветствие. Энергизатор «Письмо». Обсуждение домашнего задания «Ценности и символы». Интерактивная игра «Пирамида жизни». Рефлексия
21	Жизнь по собственному выбору	2	Приветствие. Энергизатор «Снежный ком» Упражнение «Рыба для размышления» Коллаж «Мой герб» Упражнение «А что дальше?» Рефлексия занятия.
	ВСЕГО	27	

Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (5-10 час)

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 может быть 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	Окончательное формулирование плана деятельности; активная	«Логическая аргументация»,

Этап	психологическая поддержка	«Рациональное внушение уверенности»
------	---------------------------	-------------------------------------

Имеющийся набор психокоррекционных техник и методов, упражнений подходит как для детей, так и подростков. Он направлен на коррекцию эмоциональной сферы, снятие тревоги, беспокойства, работу со страхами, психокоррекцию агрессивных и аутоагрессивных тенденций, выработку внутренней свободы, на понимание своих целей, потребностей, преодоление препятствий, выработку навыков поиска выхода из сложных ситуаций, формирование позитивного образа будущего, обучение методам саморегуляции.

Психокоррекционные техники

Методы релаксации: рисование на песке под спокойную гармоничную музыку, просто манипуляции песком под музыку. В плане психокоррекции возможно создание в песочнице различных ситуаций с помощью игрушек и мелких предметов с последующим анализом, осознанием и изменением.

Методы арт-терапии используются для работы со страхами, гневом и прочими негативными эмоциональными состояниями.

Работа с мандалой в целях гармонизации внутреннего психоэмоционального состояния – рисование мандал. Создание из подручного материала, разукрашивание мандал.

Обучение приемам релаксации и снятия напряжения проходит в сенсорной комнате под релаксационную музыку с применением приемам ароматерапии. Применяются такие виды техник как визуализация, визуальнo-релаксационные упражнения, телесно-ориентированные упражнения.

В индивидуальной работе могут быть использованы проективные техники «Дождь в сказочной стране», «Карта сказочной страны», психотехники переживания прошлого и другие.

В целях развития рефлексии, временной перспективы и способности к целеполаганию могут быть использованы упражнения «Письмо крестнику». «Пирамида жизни», «Одиннадцать заповедей», «Продвижение к цели» (К.Фопель); упражнения «Образ жизненного пути», «Прожить месяц», «Продумайте свои жизненные планы» и т.д.

Для организации психокоррекционной работы с учащимися по переживанию **травматического** события используется метод ДРИ (диалогическое рассказывание историй) О. Хухлаева по работе с травматическим стрессом в экзистенциальном подходе.

Содержание четвёртого модуля «Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей» 4-8 час

Работа по формированию жизнестойкости должна вестись в школе всем педагогическим коллективом. Классный руководитель, педагог-психолог,

социальный педагог и учитель-предметник работают в тесном взаимодействии, выполняя при этом каждый свои профессиональные обязанности.

Примерная тематика педагогических советов, совещаний, МО классных руководителей

1. Семинар «Типология возрастных психолого-педагогических особенностей учащихся», 1-11 класс.
2. «Формирование жизнестойкости детей», 1-11 класс.
3. «Семинар классных руководителей «Профилактика конфликтных ситуаций и работа с ними», 1-11 класс.
4. «Трудные дети», 1-4 класс.
5. «Как разговаривать с подростком, чтобы быть услышанным» 6-9 класс.
6. «Как помочь родителю узнать своего ребёнка» 5-6 класс

Примерная тематика классных родительских собраний

Класс	Тематика собраний
1-4	<ul style="list-style-type: none"> •«Как формировать навыки жизнестойкости в детях» •«Что такое детская агрессия?» •«Как уберечь детей от насилия. Права и обязанности ребенка» •«Формирование жизнестойкости детей. Проблемы младшего школьного возраста» •«Мой ребёнок становится трудным»
3-4	<ul style="list-style-type: none"> •«Здоровый образ жизни - основа успешной жизнедеятельности» •Роль семьи в воспитании моральных качеств личности»
4	<ul style="list-style-type: none"> •«Поощрение и наказание в воспитании детей» •«Нравственные ценности семьи»
5	<ul style="list-style-type: none"> •«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»
6	<ul style="list-style-type: none"> •«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»,
7	<ul style="list-style-type: none"> •«Контакты и конфликты», •«Воспитание ненасилием в семье» (дискуссия), •«Нравственные ценности семьи»,
8	<ul style="list-style-type: none"> •«Мой ребёнок становится трудным»,

	•«Роль взрослых при оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»,
9	•«В семье растёт дочь» (дискуссионная площадка для мам), • «В семье растёт сын» (конференция отцов), •«Дети и родители - профессиональный выбор: «За» и «Против» (совместное детско- родительское собрание),
10	•«Половозрастные и индивидуальные особенности развития подростков» •«Предотвращение отчужденности между детьми и родителями» •«Роль самооценки в формировании личности». •Стили поведения родителей, формирующие черты личности ребенка.
11	•«Психологическая готовность учащихся к сдаче ЕГЭ» •«Ваш ребёнок на пороге взрослой жизни»

Ожидаемые результаты

Программой по формированию жизнестойкости учащихся «Радость жизни» будут охвачены все учащиеся 11 классов.

В ходе реализации программы в школе будут созданы условия, чтобы как можно больше положительных качеств личности подростков проявлялось, активизировалось и развивалось.

Внедрение программы «Радость жизни» поможет подросткам осознать ценности человеческой жизни, сформировать у школьников позитивную адаптацию к жизни как процесс сознательного построения и достижения человеком относительно устойчивых равновесий отношений между собой, другими людьми и миром в целом.

Работа по программе позволит осуществлять социальную и психологическую защиту подростков, позволит снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток, организовать работу по оптимизации взаимоотношений в детско-родительской среде.

В рамках программы «Радость жизни» учащиеся 1-11 классов приобретут жизненно важные навыки:

- Навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности
- Навыки позитивного общения
- Навыки самооценки и понимания других
- Навыки управления собственными эмоциями
- Навыки адекватного поведения в стрессовых ситуациях

- Навыки продуктивного взаимодействия
- Навыки самостоятельного принятия решений
- Навыки решения проблемных ситуаций
- Навыки работы с информацией
- Навыки творчества

Способы оценки эффективности программы

Эффективность реализации программы будет оцениваться всеми субъектами образования (администрацией, родителями и непосредственно самими учащимися).

В рамках мониторинга эффективности программы по формированию жизнестойкости будут учитываться:

1. результаты анкетирования учащихся;
2. мониторинг суицидальных случаев
3. мониторинг уровня воспитанности
4. мониторинг развития качеств жизнестойкости
5. мониторинг преступности.

Эффективность программы в долгосрочной перспективе

Так как программа «Радость жизни» предназначена для повышения уровня жизнестойкости подростков, профилактики антивиталяного поведения, то учащиеся, прошедшие через данную программу,

- станут более толерантными,
- будут совершать свой жизненный выбор осознанно, учитывая все условия,
- сумеют составить для себя положительную программу дальнейшей жизненной перспективы,
- будут иметь возможность получения дальнейшего образования,
- будут иметь преимущества в самореализации, навыки по созданию и сохранению собственной семьи и воспитанию детей

Таким образом, достигнут относительно устойчивого равновесия в отношениях между собой, другими людьми и миром в целом, что является целью данной программы.

Прогнозируемые риски

1. Многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни, негативного

влияния СМИ и интернета).

2. Недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований программы.

3. Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного неблагополучия).

Список литературы

- 1.Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе.- СПб.: Речь, 2002.
- 2.Бачков П., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников.- СПб, 2009.-111 с.
- 3.Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС-полиграфия», 2009.
- 4.Особенности формирования жизнестойкости и совладения с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних и образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Барнаул, 2014,- 184 с.
- 5.Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста.- М.: АНО «ПЭБ», 2007. — 56 с.
- 6.Прутченков А.С Социально-психологический тренинг в школе.- М.,2001
Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб,: «Речь», 2005,- 176с
- 7.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,-207с.
- 8.Непомнящих М.С. Рабочая программа «Самосовершенствование личности» для учащихся 5 - 9 класса. Братск, 2016 г.
- 9.Непомнящих М.С. Программа профилактики суицидального поведения учащихся в МБОУ «СОШ №13». Братск, 2019 г.
- 10.Сирота Н.А., Ялтонский В.М.. Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения. ООО Центр полиграфических услуг «Радуга», 2004 г., 192 с.