

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ШИБАЕВ ПАВЕЛ ВЛАДИМИРОВИЧ

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально
опасном положении

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа

Направленность (профиль) образовательной программы «Реабилитолог в
социальной сфере»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель

канд. пед. наук, доцент Кунстман Е.П.

Дата защиты

27.06.2023

Обучающийся

Шибает П.В.

Шибает

Оценка

хорошо

Красноярск 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ.....	6
1.1 Содержание и сущность понятия жизнестойкости.....	6
1.2 Характеристика семей, находящихся в социально опасном положении.....	15
Вывод по 1 главе.....	21
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ.....	24
2.1 Диагностика уровня развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.....	24
2.2 Разработка и реализация программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.....	33
Выводы по 2 главе.....	44
Заключение.....	45
Список использованных источников.....	48
Приложения.....	51

ВВЕДЕНИЕ

В наше время, в котором мы живём, с каждым годом всё более важным и значимым приобретает тема о том, чтоб суметь преодолеть и наилучше прожить непростые жизненные ситуации. Катаклизмы, которые повлияли на человечество: экологические изменения окружающей нашей среды, экономические и политические изменения общества, увеличение информационного потока, увеличение скорости технического и технологического прогресса что в последствии стало изменением в психологическом состоянии человечества, социальные преобразования человечества. В последнее время на здоровье человечества в психологическом плане очень повлияли различные катаклизмы, которые спровоцировали и привели к тому, что у человечества стало очень много стрессов, стало изменяться поведение человека в нехорошую сторону, много стало различных депрессий, неадекватные поведения [18]. При помощи этих всех условий с каждым годом большую известность приобретает проблема изучения факторов формирования контролируемого поведения, а также личностные качества (оптимизм, качества человека, жизнерадостность, жизнестойкость, умение эффективно действовать и принимать решения в условиях неполной или противоречивой информации), которые будут обеспечивать для того, чтоб хорошо и удачно преодолеть стресс.

Изучение жизнестойкости приобретает большую значимость, важность, своевременность потому, что людям необходимо знать основные преобладающие линии развития жизнестойкости человека, уметь создавать механизмы преодоления трудностей, способствовать готовности человечества, планированию будущего развития, обеспечению самореализации, успешности каждой личности в современном мире.

Свойство жизнестойкости человека изучены в контексте проблем, которые нацелены на преодоление стресса, понимание роли человека в обществе, физического и психического здоровья (Л. А. Александровой), в том

числе в сравнении с определением смысла жизни, типом и индивидуальными особенностями личностями, отношением к себе, стилям поведения, умениям его регулировать (Т.В. Наливайко), в связи с совокупностью различных переживаний и травмирующих психику ситуаций и успехами в реабилитации (А. И. Рассказова). Усиление внимания на ведущую роль индивидуальных качеств человека, которые помогают преодолевать неблагоприятные воздействия окружающей среды, а также их противоречий позволяет обратиться к исследованию потенциала личности. Д.А. Леонтьев рассматривает её как систему, характеризующую индивидуальные психологические особенности каждого, обеспечивающее умения сохранять постоянства смысловых ориентиров, результативность деятельности под каким-то давлением и изменением условий деятельности.

Личность, которая может успешно справиться с неблагоприятными последствиями и при этом может показать высокую эффективность к стрессу будет называться жизнестойкость. Дезинтеграция человека понимают, как потерю психического состояния, потерю жизненных ценностей личности, мотивов и целей. Чтоб с этим бороться нужно пересмотреть педагогические методики и технологии в работе с подростками по их воспитанию, суметь пережить подросткам трудные обстоятельства жизни, разработка и реализация комплекса мер, направленных на воспитание и обучение.

Цель исследования – выявить и теоретически обосновать условия развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Объект исследования – процесс развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Предмет исследования - условия развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Задачи исследования:

1. Охарактеризовать содержание и сущность понятия жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

2. Охарактеризовать особенности семей, находящихся в социально опасном положении.

3. Провести эмпирические исследования по выявлению уровня развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

4. Разработать и реализовать программу, направленную на развитие жизнестойкости у подростков, находящихся в социально опасном положении.

5. Проверить эффективность разработанной программы направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Методы исследования: Теоретические: изучение и анализ литературы по проблеме исследования, эмпирические: С.Мадди «Тест жизнестойкости» в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой.

Гипотеза: мы предполагаем, что развитию жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, будет способствовать разработанная и реализованная программа, направленная на развитие способности и готовности субъекта участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, способности контролировать данные ситуации, готовности не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, готовности уметь рисковать.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

База исследования: МБОУ «Новобирюсская средняя общеобразовательная школа».

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ

1.1 Содержание и сущность понятия жизнестойкости

Кризис, пандемия, безработица, инфляция всё это что случилось с человечеством за последнее время, резко изменила жизнь людей и формат их существования. Всё это повлияло на человечество, как и в различных домашних делах также и в других более трудных обстоятельствах жизни (потеря работы, болезни близких). Эта угроза повлияла на психологическое и физическое существование людей. Поэтому многие оказались одиноки в это трудное время [22]. Жизнь человека в современном мире и обществе протекает под разными угрозами: политическими, информационными, социально-экономическими. Поэтому многие личности эти обстановки испытывают как стрессовые, а другие личности в подобных обстановках показывают свою жизнестойкость. Человек, который умеет хорошо справляться с различными обстоятельствами жизни и при этом каждый раз устойчиво переносит стресс будет называться жизнестойкость. Данная тема с каждым годом, очень популярна и востребована.

Особое пристальное внимание к данному свойству сперва обратили своё внимание в 1980 году, и в тоже время было получено название *hardiness*, создали это название два психолога из Америки Сальвадор Мадди и Сьюзен Кобейс. Два этих автора будут рассматривать данное название, которое они придумали, как некие установки, система взглядов, оценок и образных представлений о мире и месте в нём человека, общее отношение человека к окружающей действительности и самому себе, который сможет осилить стресс и сохранить на данном этапе внутри себя спокойствие и равновесие.

Эти два психолога считали, что данное название *hardiness*, позволит человеку легче признать свои возможности, которые он может воплотить в жизнь, а также принять для себя то, что сама личность уязвима [18]. Уже в

двухтысячном году Русский психолог и профессор Д. А. Леонтьев дал своё другое название этому понятию как жизнестойкость.

Сам термин «hardiness» в словаре употребляется как выносливость, крепость, здоровье, устойчивость, смелость, неустрашимость [2].

Устойчивость – это умение адаптироваться и быстро восстанавливаться во время стресса. Стресс проявляется в виде трудностей в семье или каких-то отношений, различных проблем со здоровьем, неприятностей на работе, проблем с деньгами. Понятие устойчивости развивается как основа жизнестойкости.

Таким образом, жизнестойкость как важный ресурс преодоления, можно определить, как способность и готовность субъекта заинтересованно (вовлеченность) участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, контролировать данные ситуации, управлять ими (контроль), не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, уметь рисковать (риск) [23].

Таблица 1- определение феномена жизнестойкости отечественных психологов

Автор	Определение	Компоненты
Д.А. Леонтьев (2002)	Жизнестойкость – человек сам может справиться со своими обстоятельствами <i>черта</i> , характеризующаяся мерой преодоления личностью заданных обстоятельств, а, в конечном счете, мерой преодоления личностью самой себя	Убеждения в готовности справиться с ситуацией; интересы, открытость новому
Л.А. Александрова (2003)	Жизнестойкость – интегральная способность, лежащая в основе адаптации личности	Блок общих способностей, куда включаются: базовые личностные установки, ответственность, самосознание, интеллект и смысл как вектор, организующий активность человека; блок специальных способностей навыки преодоления различных типов ситуаций и проблем, взаимодействия с людьми, саморегуляции
С.В. Книжникова (2005)	Жизнестойкость личности не столько система убеждений, сколько интегральная	Базовые компоненты: оптимальная смысловая регуляция, адекватная

	характеристика личности, позволяющая сопротивляться негативным влияниям среды, эффективно преодолевать жизненные трудности, трансформируя их в ситуации развития	самооценка, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения
Е.И. Рассказова (2005)	Жизнестойкость – ресурс, направленный в большей мере на поддержание витальности и деятельности, в меньшей - на поддержание активности сознания	Мотивационная направленность
Р.И. Стецишин (2008)	Жизнестойкость является личностно-психическим ресурсом, формирующимся в процессе персон - и профессиогенеза личности и позволяющему человеку помогающей профессии противостоять развитию профессионально - личностной дезадаптации	Контроль, предметное содержание мышления, что проявляется в конкретизации и непосредственной реализации плана действий; направленность на задачу. Служение, как мощная мотивирующая тенденция жизненной активности
Т.В. Наливайко (2006)	Жизнестойкость является наиболее общей интегральной характеристикой личности, представляющей собой паттерн смысловых ориентаций, самоотношения, стилевых характеристик поведения, который опирается на природные свойства личности, но в большей степени носит социальный характер	Личностно значимые смыслы, самоотношение (психологический компонент), способность их реализации, стилевые характеристики (деятельностный компонент), природные свойства. «Жизнестойкость, опираясь на некоторые природные свойства личности, в большей степени проявляется как интегративное качество создавать личностно значимые смыслы в жизни и реализовывать их в контексте социальной ситуации»
С.А. Богомаз (2008)	Жизнестойкость следует рассматривать как системное психологическое свойство, возникающее у человека вследствие особого сочетания установок и навыков, позволяющих ему превращать проблемные ситуации в новые возможности	Особое сочетание установок и навыков. Оптимизм, удовлетворенность, самоэффективность
М.В. Логинова (2010)	Жизнестойкость – это сложное структурированное психическое образование, определяемое как развивающаяся система убеждений, способствующих развитию готовности управлять системой повышенной сложности	Эмоциональная устойчивость, пластичность, активность, экстравертированность, склонности к предметно-ориентированному копингу

Анализ различных подходов к определению содержания и сущности понятия жизнестойкость, анализ дал нам возможность, остановиться на определении жизнестойкости данным С. Мадди. С. Мадди раскрывает структуру данного понятия и выделяет три компонента составляющих её: вовлечённость, контроль, принятие риска.

Три компонента структуры жизнестойкости по С. Мадди:

Вовлечённость (commitment) определяется как «убеждённость в том, что вовлечённость в происходящее даёт максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности» (Maddi,1998) [12].

Контроль (control) это, убеждённость в том, что борьба может повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние частично и успех не обязательно будет сопутствовать [12].

Принятие риска (challenge) убеждённость человека в том, что всё то, что с ним случается, способствует его развитию за счёт знаний, извлекаемых из опыта, неважно позитивного или негативного [12].

С. Мадди для достижения цели развития жизнестойкости рекомендует механизмы:

- жизненная убеждённость человека о том, что в его жизни будет меньше стресса при условии-вовлечённости, контроля, принятия риска;

- мотивация человека к преодолению трудных ситуаций, при помощи коммуникативных навыков, открытости по отношению к миру и умения действовать в разных ситуациях стресса;

- укрепление иммунитета при помощи физической и психической активности;

- забота человека о своём здоровье и ответственность за него;

- социальная поддержка, в ходе которой будут сформированы новые формы поведения человека;

Компоненты, влияющие на снижение и на развитие жизнестойкости С.Мадди.



Рисунок 1-Компоненты в модели жизнестойкости С.Мадди. Как показывают двунаправленные стрелки, факторы указывают на защиту организма от ухудшения его состояния.

Совладение со стрессом, и защита от заболеваний позволяет преодолеть стресс и повысить жизнестойкость, но именно жизнестойкость приводит к тому, чтобы управлять жизнестойкостью [17].

Особенно широко рассматриваемыми факторами стресса у детей и подростков считается насилие, жестокое обращение (сексуальное, физическое, эмоциональное), а также развод и семейный конфликт.

Кто пережил в детстве сексуальное насилие у них огромный уровень дистресса, психологических расстройств, а также расстройств личности. Жестокое обращение с детьми тесно связано с тем, что они негативно относятся к процессу обучения, и у них плохая успеваемость в школе. Влияние невосприимчивой окружающей среды представляется как фактор стресса, ведущий к приобретённой беспомощности [6].

Исследование жизнестойкости и социально-психологической адаптации подростков с различными жизненными сценариями выявлено, что для подростков с выигрышными сценариями характерны более высокие показатели по следующим факторам: «жизнестойкость», «включенность», «контроль», «принятие риска» [9].

Стрессовые жизненные события в свою очередь постоянно предшествуют тревожным расстройствам. Фактически, в проспективных исследованиях у пациентов с тревогой наиболее вероятно развитие большой депрессии после возникновения стрессовых жизненных событий [3].

Личность с жизнестойким стилем преодоления характеризуется высоким уровнем активности, направленностью на поиск ресурсов в себе для совладания с трудной жизненной ситуацией... отличается реальным взглядом на ту или иную трудную жизненную ситуацию... позитивным восприятием мира, адекватным мировоззрением [21].

Н.Ф. Наумова сформулировала понятие жизненный ресурс личности [19], она полагает что туда будет входить энергия, возрастные особенности, резерв жизненного времени, показатели здоровья, пол, уровень образования, профессия, квалификация, оценка себя как личности [11].

Учёные из зарубежных стран изучали проблему жизнестойкости. Они стали понимать жизнестойкость как личностные качества самого человека, то есть адаптация человека и преодоление стрессовых ситуаций при трудных обстоятельствах жизни.

По мнению канадских исследователей С.М.Kowalski и J.A.Schernmer жизнестойкость можно считать, как личные особенные качества человека, которые позволяют достигать психологического благополучия [29].

А индийский автор А. Narad в 2018 году установил, что семья, близкие люди оказывают активное положительное влияние на становление школьников, их жизнестойкость. Он считает, что ученики, которые учатся в частных школах, пользуются большой поддержкой родных людей, чем ученики государственных школ. И делает вывод что показатели их жизнестойкости намного выше. Также

он установил отличие показателей жизнестойкости у юношей и девушек. Девушки труднее принимают ситуацию риска, у юношей это происходит гораздо легче. [30].

Е.В. Медведева считает жизнестойкость как меру способности индивида переживать стрессовые ситуации, сохраняя при это внутренний баланс, не снижая общего уровня успешности деятельности, Жизнестойкость является главной личностной переменной, через которую стрессогенные факторы влияют на душевное и соматическое здоровье, а также на успешность деятельности [16].

Р.М. Рахимова определяет жизнестойкость как «совокупность ценностных установок и диспозиций, позволяющая сформулировать позитивный жизненный проект, рационально оценить существующие и потенциальные ресурсы, актуализировать рациональные потребности и положительно адаптироваться в заданных условиях» [24].

О.И. Ефимова и другие учёные рассмотрели феномен жизнестойкости в контексте развития подростков. Они сделали вывод о том, что важное значение ценностей в жизни подростка связана с их внутренними убеждениями, что отражается в жизнедеятельности и оказывает влияние на развитие нормативного либо девиантного поведения [7].

Н.С. Краснопольская говорит, что для жизнестойкости важен чувственный ум, это связано с тем, что для благополучного осуществления индивида в жизни и деятельности необходимо обладать способностями понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакции окружающих, а также уметь регулировать собственные эмоции при принятии решений [10].

Многими учёными были проведены разные испытания и было доказано, что жизнестойкость можно только сформировать через некоторое время, а не сразу будет оно унаследованным свойством, важную роль играет в этом всё общество: то есть ячейка общества, процесс обучения и педагогическая работа.

Л.С. Выготский высказал своё мнение о том, что положение в обществе будет влиять на развитие ребёнка: конечно это общение с детьми и взрослыми, язык какой знает ребёнок. Когда ребёнок уже сформировался до подростка

больше возраста, его окружение и общество, в котором он живёт, будут влиять на сформированность его образов мира.

К. Вехерт считает, что у ребёнка должны быть хорошие положительные эмоции от школьного процесса (это разные ситуации, где ребёнка будут хвалить) и это будет одно из тех условий чтобы сформировать жизнестойкость.

Одной из важных задач для школьного коллектива и родителей, будет являться то, чтоб дети могли получать новые знания и сформировать жизнестойкость. Одним из этих ресурсов станет резилентность.

К. Вехерт, говорит о том, что понятие «резилентность» будет исходить из понятия жизнестойкость. Резилентность будет определяться как некое средство для развития жизнестойкости, а потому его можно считать системообразующим, в структуре жизнестойкости личности.

Именно помощь ребёнку в обретении ресурсов для выполнения этого процесса и является, на наш взгляд, основной задачей педагогов и родителей.

Значимость культурной среды в формировании жизнестойкости личности в том, чтоб создать важные ценности, идеалы, для решения особо важных для жизни задач. Чтобы включить ценности и идеалы в свои внутренние опоры человеку для начала необходима возможность к ним приобщиться, чтобы появились условия для полноценного развития его личности.

Смысл жизни человека это имея идеалы, смыслы в жизни и ценности. У человека не всегда есть умение распознавать внутренний мир ценностей, смыслов, которые есть в реальных жизненных ситуациях.

У каждой культуры своё видение, традиции, это всё развивает кругозор, духовную связь, человек проникнут данной культурой.

Наиболее содержательным для нашего исследования, на наш взгляд является определение содержание и сущности феномена жизнестойкости данное С. Мадди жизнестойкость как важный ресурс преодоления, можно определить, как способность и готовность субъекта заинтересованно (вовлечённость) участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, контролировать данные ситуации, управлять ими (контроль), не бояться всего нового,

неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, уметь рисковать (риск).

1.2 Характеристика семей, находящихся в социально опасном положении

Понятие семья является предметом изучения разных наук социальных, и в каждой науке есть своё объяснение данного понятия.

Социология объясняет, что семья, это общество людей, которых связывает близкое родство и супружеский союз.

С юридической точки зрения семья- когда несколько человек, вместе живут и они связаны правами и обязанностями, после заключения семейных ух и вступления в родство.

Педагогика и психология акцентируют внимание на личные взаимоотношения каждого члена семьи и различных потомков, на воспитательную и социальную роль лиц взрослого родителя в развитии маленьких участников общественной группы.

Семья- ячейка общества, группа малая, между членами семьи есть определённые отношения.

Семья- группа людей, связанная кровными узами или узами брака, которая объединена местом проживания и общим домашним хозяйством, взаимными чувствами, привязанностью и обязательствами [4].

Федеральный закон №120 который гласит «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» от 24 июня 1995 года. – в статье №1 закрепилось понятие семья, находящаяся в социально опасном положении, под которой рассматривается семья, которая имеет детей, находящихся в социально опасном положении, а также семья, где сами родители или другие законные представители несовершеннолетних не исполняют своих обязанностей по их воспитанию, обучению, и (или) содержанию и (или) негативно влияют на их поведение либо жестоко обращаются с ними.

Характеризуя семью, находящуюся в социально опасном положении, многие учёные выделяют несколько аспектов содержания данного [5]:

1. Медицинский, аспект- когда у членов семей отмечаются плохая

генетика, где ярко выражено проявляются заболевания, и они не могут полноценно функционировать;

2. Социально-административный- в семьях жилищные условия плохие чтоб жить и развиваться;

3. Психолого-педагогический- когда в семьях существуют постоянные конфликты, нет связей и ценностей семейных, поэтому всё это будет вести к нарушению связей между всеми членами семьи.

Семьи, находящиеся в социально опасном положении, часто являются причиной для возникновения безнадзорности (личность которая не достигла возраста восемнадцати лет, отсутствует контроль поведения со стороны взрослых, близких людей, обязанности в обучении, воспитании родителей или других людей, которые их заменяют не выполняют свои обязанности); беспризорности, а также опасности для подростка в совершении проступков, правонарушений или преступлений.

Социально опасное положение-неудачная социальная ситуация семьи или отдельного человека, сложившаяся по причине каких-то сложных жизненных обстоятельств, событий, ситуаций, (объективных и субъективных) и условий, которые проявляются в конфликтах внутри семьи, поведении близкого родного человека или другого человека, который замещает родителя несовершеннолетнего подростка, а также не соответствует нормам и правам, обязанностям по отношению к несовершеннолетнему ребёнку.

Критерии, по которым мы можем определить семьи, находящиеся в социально опасном положении:

1. Не исполняют обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего подростка и существования его в обществе родители:

- У несовершеннолетнего ребёнка отсутствует одежда, которая ему очень нужна;

- Несовершеннолетний ребёнок питается очень редко

- Родители не ухаживают за своим ребёнком, не приучают к гигиене и уходу за собой;

- Родители наседают на детей, чтобы они делали работу, которая не соответствует их возможностям и данным;

- Родители не принимают действий в лечении своего ребёнка, и не вызывают ему медицинскую помощь.

2. Родители или законные представители не следят за успеваемостью своего ребёнка в школе:

- Частые опоздания и прогулы без уважительной причины;

- Родители не контактируют со школой;

- Родители не интересуются как их ребёнок ведёт в школе и где он находится.

3. Ожесточённо обращаются со своим ребёнком родители или другие члены семьи:

- Причинение физического, морального, психического вреда (унижать честь личности);

- Применять разные формы издевательства над своим ребёнком.

4. Вовлекать детей в противозаконные действия.

4.1 Члены семьи вовлекают детей в противозаконные действия: вовлекают детей в различные противоправные деяния:

- Выпивать спиртные напитки, которые вредят здоровью;

- Курить разные наркотические вещества, которые приносят вред здоровью;

- Бродяжничать;

- Попрошайничать;

- Другие правонарушения.

5. Родители негативно влияют на поведение детей и на их развитие:

- Алкоголики, наркоманы оба родителя или один;

- Человек отдаляется от общества и ставит себя против него (оба родителя или по отдельности);

- Конфликты родителей и их детей при помощи различных эмоций;

- Родители психологически неустойчивы, они предрасположены к тому,

чтоб наложить на себя руки и депрессовать;

Типы семей, находящиеся в социально опасном положении:

Первая группа социально-экономические и психолого-педагогические- семьи с малым уровнем материального достатка, непостоянные доходы родителей (нет стимула у родителей улучшить своё материальное положение), нехорошие условия для проживания. Главная черта таких семей, что родителям наплевать на своих детей, они воспитывают только ради выгоды (пособий, льгот и тд).

Вторая группа морально-нравственные с криминальными данными- семьи, в которых родители зависимы от спиртных напитков, разных веществ психотропных, жестоко обращаются между собой и к своим детям, у которых есть судимость, страдающие психическими расстройствами.

Третья группа практикующие жестокое обращение с детьми- В таких семьях родители, имея свой тип воспитания любят наказывать детей физически, не отпускать гулять, забирать одежду чтоб воспитать. Главная причина такого воспитания родителей это, их алкоголизм. Дети в таких семьях не смогут полноценно развиваться и расти.

Четвёртая группа находящиеся в социально опасном положении, и психическим расстройством родителей- В таких семьях конфликты при разных эмоциях. Когда родители устают или есть у них депрессия это, результат психологической жестокости, которая передаётся детям и у них возникают потом конфликты в школе со сверстниками.

Пятая группа пренебрегающие санитарно-гигиеническими требованиями, здоровым образом жизни- Родители не приучают детей к потребностям гигиены, им наплевать на здоровье своих детей. Дети, в таких семьях, которые не приобретают навыки ухаживать за собой, за телом, мыться и умываться, в последствии вызывают отвращение у сверстников, и такие дети становятся изгоями и отбросами общества.

Шестая группа асоциальные семьи, которые возникают в последствии брака несовершеннолетних родителей- Дети ощущают себя ненужными в таких

семьях. Дети страдают в таких семьях, родители говорят, что они обуза, помеха для жизни и потом ребёнок уходит из дома и бродяжничает [25].

Сопровождение семьи, находящейся в социально опасном положении состоит из этапов:

1 этап. -поступает информация о семье, которая пребывает в социально опасном положении: заявление гражданина или опекуна, или ответственное лицо рассматривает заявление гражданина организации системы по профилактике безнадзорности и правонарушения несовершеннолетнего.

- после поступления информации о семье, ставят на учёт.

- начинают оказывать помощь семье.

- формируют карту сопровождения семьи.

2 этап. проанализировать ситуацию семьи:

-собрать данные об этой семье.

-установить контакт с семьей, и мотивировать семью на сотрудничество.

-проанализировать проблему семейной ситуации, желательно вместе с семьёй.

3 этап. написать индивидуальную программу реабилитации или абилитации инвалида для семьи:

-написать индивидуальную программу реабилитации или абилитации инвалида для семьи, которая находится в социально опасном положении.

4 этап. оказать семье помощь в бытовых услугах в течении всего периода предоставления или, когда будет необходима.

5 этап. оказать помощь семье, в поддержании и сохранении здоровья, в период оказания услуги, или, когда будет необходима.

6 этап. оказать семье социоэкономические услуги в период оказания услуги, или, когда будет необходима.

7 этап. оказать помощь семье в социальных правах человека, в период оказания услуги, или, когда будет необходима.

8 этап. оказать помощь семье в профилактике отклонения поведения, в период оказания услуги, или, когда будет необходима.

9 этап. оказать помощь семье в улучшении психического состояния, в период оказания услуги, или, когда будет необходима.

10 этап. выявление эффективности индивидуальной программы реабилитации или абилитации семьи находящейся в социально опасном положении [15].

Существуют ещё технологии сопровождения семей, находящихся в социально опасном положении:

-технология социального сопровождения семьи по месту прописки. Собираем информацию о семье и её анализируем, о том какая ситуация происходит в семье, выявляем проблему семьи и составляем план работы с данной семьёй. Эта технология будет включать комплекс мер: медицинскую, правовую, психологическую.

-технология организации выезжающих мобильных бригад. Формирование мобильной бригады, которая поедет к семье, оказавшейся в трудной жизненной ситуации, группа будет меняться от причины семьи. В эту бригаду входят специалисты самого центра. Бригада ездит раз в месяц или может чаще, зависит какая ещё помощь будет нужна семье.

-технологи психолого-педагогического сопровождения. Специалисты центра оказывают психологическую, педагогическую помощь и найти контакт между детьми и родителями.

-технология оказания неотложной психологической помощи по «телефону доверия»

-технология обмена документами или информацией между различными центрами социальными. Заключать договоры о совместной деятельности, привлекать различных специалистов разных сфер и служб. [26].

Общая работа всех специалистов различных сфер, а также родителей, социального педагога и школы будут давать положительные результаты по выведению семьи из социального опасного положения.

Выводы по первой главе

Нами был и были рассмотрены различные подходы ученых (С.А. Богомаз, С. Мадди, М.В. Логинова, Д.А. Леонтьев, Р.И. Стецишина, Л.А. Александрова, С.В. Книжникова, Е.И. Рассказова, Т.В. Наливайко) к содержанию и сущности понятия жизнестойкости. Нашего внимания заслуживает точка зрения автора, С. Мадди который рассматривал жизнестойкость как основу существования личности. С. Мадди считал, что ключом к происходящему является три базовые установки:

1. Вовлечённость (commitment) определяется как «убеждённость в том, что вовлечённость в происходящее даёт максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности» (Maddi,1998) [12].

2. Контроль (control) это, убеждённость в том, что борьба может повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние частично и успех не обязательно будет сопутствовать [12].

3. Принятие риска (challenge)- убеждённость человека в том, что всё то, что с ним случается, способствует его развитию за счёт знаний, извлекаемых из опыта, неважно позитивного или негативного [12].

Опираясь на исследования С.Мадди мы сформулировали содержания понятия жизнестойкости следующим образом: жизнестойкость как важный ресурс преодоления, можно определить, как способность и готовность субъекта заинтересованно (вовлечённость) участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, контролировать данные ситуации, управлять ими (контроль), не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, уметь рисковать (риск). В структуру данного понятия, исходя из учения С. Мадди мы включили следующие компоненты:

1. Вовлечённость (commitment) определяется как «убеждённость в том, что вовлечённость в происходящее даёт максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности» (Maddi,1998) [12].

2. Контроль (control) это, убежденность в том, что борьба может повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние частично и успех не обязательно будет сопутствовать [12].

3. Принятие риска (challenge)- убежденность человека в том, что всё то, что с ним случается, способствует его развитию за счёт знаний, извлекаемых из опыта, неважно позитивного или негативного [12].

Нами были изучены характеристики семей, находящиеся в социально опасном положении.

Семья- группа людей, связанная кровными узами или узами брака, которая объединена местом проживания и общим домашним хозяйством, взаимными чувствами, привязанностью и обязательствами [4].

Семьи, находящиеся в социально опасном положении это семья, имеющая детей, находящихся в социально опасном положении, а также семья, где родители или иные законные представители несовершеннолетних не исполняют своих обязанностей по их воспитанию, обучению и (или) содержанию и (или) отрицательно влияют на их поведение либо жестоко обращаются с ними. Социальный эффект, ожидаемый от реализации сопровождения неблагополучной семьи, находящихся в социально опасном положении: оптимизация системы межведомственной работы по профилактике безнадзорности несовершеннолетних, проживающих в семьях социально опасного положения; улучшение социального климата в семьях, находящихся в социально опасном положении; обеспечение защиты прав и законных интересов детей; снижение роста безнадзорности в целевой группе; снижение риска рецидива преступлений среди несовершеннолетних, предотвращение жестокого обращения с детьми, развитие внутри семейного сотрудничества между родителями и детьми, повышение авторитета родителей, оздоровление психологического климата в семье, восстановление детско-родительских и межличностных отношений, активизация скрытого положительного потенциала семьи. Повышение психолого-педагогической компетенции взрослых членов семьи.

Семьи, оказавшиеся в социально опасном положении- объект социальной работы, требующий немедленного вмешательства в кризисную ситуацию, предполагающий организацию взаимодействия различных специалистов, процесс должен быть непрерывным и качественным что помочь таким семьям и чтоб был толк в помощи не только должны стремиться к этому различные специалисты, но и сами семьи с детьми чтоб был толк и прогресс.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ

2.1 Диагностика уровня развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении

Исследование уровня развития жизнестойкости у подростков, находящихся в социально опасном положении, проводилось на базе МБОУ «Новобирлюсская средняя общеобразовательная школа». На основе анализа нами были отобраны подростки из семей, находящихся в социально опасном положении. В нашем исследовании приняли участие 5 подростков из 5 семей, находящихся в социально опасном положении Новобирлюсской средней общеобразовательной школы 3 мальчика и 2 девочки (14-15 лет).

В исследовании мы опираемся на определение понятие жизнестойкости: как способности и готовности субъекта заинтересованно (компонент вовлечённость), участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, контролировать данные ситуации, управлять ими (компонент контроль), не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, уметь рисковать (компонент принятие риска).

Чтоб изучить показатели жизнестойкости мы будем использовать методику С. Мадди: «Тест жизнестойкости» в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой. Анализ содержания данного понятия позволил нам выделить, компоненты, составляющие структуру понятия, в том числе определить критерии и уровни развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Эта методика будет включать в себя 3 компонента: вовлечённость, контроль, принятие риска. Все эти компоненты вместе будут препятствовать формированию стресса и напряжения в различных ситуациях, а также выносливо совладать со стрессом.

Таблица 2- структура содержания понятия жизнестойкость по С.Мадди.

Компоненты	Содержание компонентов	Диагностическая методика
Вовлеченность	Вовлеченность определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности».	Тест С.Мадди шкала вовлечённость
Контроль	Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован.	Тест С.Мадди шкала контроля
Принятие риска	Принятие риска – убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного.	Тест С.Мадди шкала принятия риска

Вовлечённость определяется как «убеждённость в том, что вовлечённость в происходящее даёт максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлечённости получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убеждённости порождает чувство отвергнутости, ощущения себя «вне» жизни.

Контроль представляет собой убеждённость в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому- ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска- убеждённость человека в том, что всё то, что с ним случается, способствует его развитию за счёт знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надёжных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности, обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Компоненты жизнестойкости они могут формироваться в детском возрасте, а также в подростковом возрасте, и могут формироваться в более позднем возрасте. Для того чтоб они формировались самое важное это отношение родителей с детьми. Для формирования вовлечённости самое главное, это ласка, забота, любовь, поддержка своего ребёнка со стороны родителя. Для формирования контроля очень важна чтоб родители поддерживали инициативу ребёнка, его стремление к различным видам деятельности не зависимо от того какая сложность будет при этом. Для формирования принятия риска важно различные эмоции, впечатления разные от окружающей среды.

С. Мадди акцентирует внимание на том, что все эти три компонента очень важны и вместе они лучше будут работать для сохранности здоровья, лучше себя проявлять в стрессовых ситуациях, а также показывать стабильные результаты в работе и максимальную эффективность и производительность труда. Мы можем говорить, что каждый из этих компонентов имеет индивидуальные отличия в группе жизнестойкости, так и, если они будут вместе работать каждый компонент.

Диагностическое исследование позволило выявить уровень развития жизнестойкости у подростков. Выявленный уровень дал возможность определить содержания работы и разработки программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении. По С.Мадди:

Показатель общей жизнестойкости:

Высокий уровень - 90 и более баллов. Средний уровень - 72-89 баллов.

Низкий уровень - менее 72 баллов. Вовлеченность:

Высокий уровень - 42 и более баллов. Средний уровень - 34-41 баллов.

Низкий уровень - менее 34 баллов. Контроль:

Высокий уровень - 33 и более баллов. Средний уровень - 25-32 баллов.

Низкий уровень - менее 25 баллов. Принятие риска:

Высокий уровень - 16 и более баллов. Средний уровень - 12-15 баллов.

Низкий уровень - менее 12 баллов.

Результаты проведённого тестирования представлены в таблице 3.

Таблица 3- Тест жизнестойкости (С. Мадди)

Порядковый номер респондента	Баллы по шкалам			
	Жизнестойкость (баллы)	Шкала Вовлеченность (баллы)	Шкала Контроль (баллы)	Шкала принятие риска (баллы)
1	66	35	24	7
2	65	26	27	12
3	72	38	26	8
4	66	27	27	12
5	70	30	28	12
Средние значения	67.8	31.2	26.4	10.2

Полученные результаты по методике С. Мадди показали, что большинство подростков обладает уровнем жизнестойкости ниже среднего (среднее значение по показателю С. Мадди-67.8, можно сделать вывод, что стрессовые ситуации в раннем детстве (материальные трудности, частые переезды, потеря родителя) оказывают негативное влияние на формирование жизнестойких убеждений подростка.

Делая анализ среднего значения по методике жизнестойкости, мы наблюдаем что наивысшее значение проявления, определён по шкале «вовлечённость» (31.2). Шкала «контроль» показала среднее значение 26.4), а по шкале «принятие риска» мы определили низкое значение (10.2). Мы делаем вывод о том, что у подростков жизнестойкость будет повышаться только за счёт шкалы развития, вовлечённости и развития контроля.

По результатам исследования по шкале «вовлечённость» у подростков нами было выявлено, что у 60% испытуемых низкие показатели. Это свидетельствует об отсутствии удовольствия от тех видов деятельности, которые они, в силу объективной необходимости, выполняют, независимо от того, какая именно эта деятельность. В отношении этой категории испытуемых можно предполагать наличие чувства собственной неустроенности, ощущения того, что настоящая, интересная жизнь проходит мимо них, что может вызвать потребность в поиске чего-то гораздо более увлекательного, в том числе-спровоцировать интерес к деструктивным увлечениям.

По шкале вовлечённость 40% подростков продемонстрировали средние результаты, мы можем сделать вывод о том, что теми видами деятельности, которыми они занимаются, у них нету удовольствия от этих занятий, а также негативных эмоций от этих занятий, негативных переживаний, периодически возникающей потребности в поиске чего-то нового, более интересного.

По шкале вовлечённость 0% подростков продемонстрировали высокие показатели, можно сказать, что нет не одного подростка, который бы получал удовольствие от собственной деятельности.

Данные по шкале «Вовлечённость» изображены на рисунке 2.

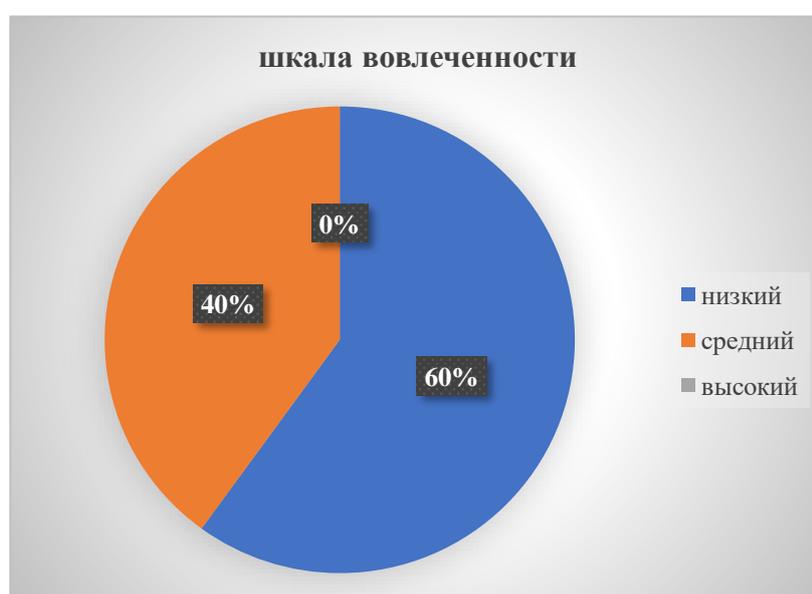


Рисунок 2 – Результаты по шкале «Вовлеченность» по методике оценки жизнестойкости С. Мадди.

По результатам исследования по шкале «Контроль» мы делаем вывод о том, что 20% подростков характерна низкая способность влиять на результаты, которые приносят им стресс, поэтому они погружаются в состояние уныния, беспомощности, и не могут они справиться с этими ситуациями.

Подростков со средними значениями-80% это те подростки, у которых спокойное восприятие тех видов деятельности, которыми они заняты, без особого удовольствия, но и без отрицательных эмоций, негативных переживаний, периодически возникающей потребности в поиске чего-то нового,

более интересного.

Подростков с высоким уровнем развития способности к управлению стрессогенными ситуациями не продемонстрировал ни один из испытуемых-0%.

Данные по шкале «Контроль» изображены на рисунке 3.

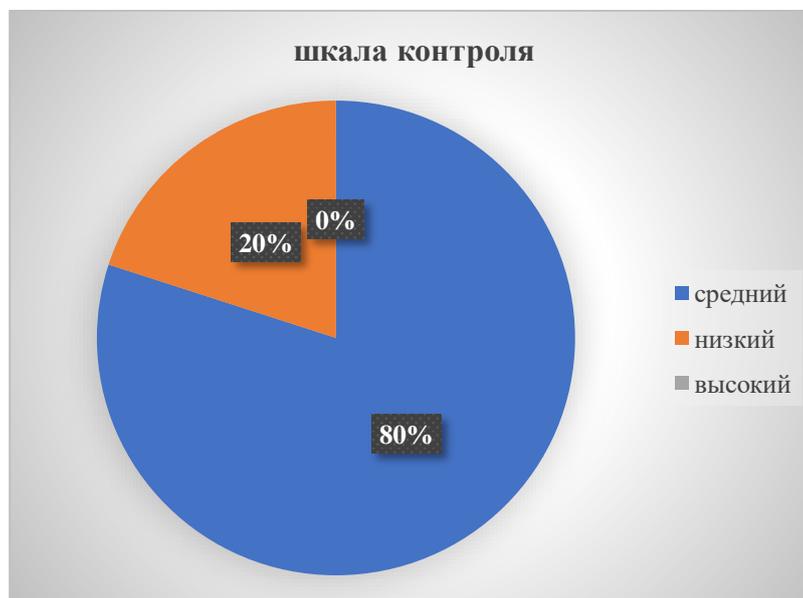


Рисунок 3- Результаты по шкале «Контроль» по методике оценки жизнестойкости С. Мадди.

По результатам исследования по шкале «Принятие риска», свидетельствует о том, что 40% подростков расценивают риск в качестве способа приобретения жизненного опыта. Без постоянного ощущения риска жизнь может представляться им бесконечно скучной, не интересной, их потребность в риске не только ярко выражена, но и устойчивая.

60% подростков испытывают умеренную потребность в риске, но и говорить о том, что они разумно оценивают степень рискованности тех или иных действий, нельзя, как как им свойственно следовать побуждениям, обдумав те последствия, которые на поверхности, но не те, которые могут быть скрыты. Иными словами, они готовы к риску даже в тех случаях, когда успешность исхода не гарантируется. 0% подростков показали высокие результаты.

Данные по шкале «Принятие риска», они изображены на рисунке 4.



Рисунок 4- Результаты по шкале «Принятие риска» по методике оценки жизнестойкости С. Мадди.

В связи с тем, что подростки находятся в социально опасном положении, это и есть плохой фактор, который снижает жизнестойкость и поэтому деятельность, которая направленная на формирование жизнестойкости играет важную роль.

Результаты, исследования по общему показателю жизнестойкость С. Мадди выявили, что показатели жизнестойкости находятся в диапазоне 65-72 балл, что соответствует низкому и среднему уровню жизнестойкости изображено на рисунке 5.

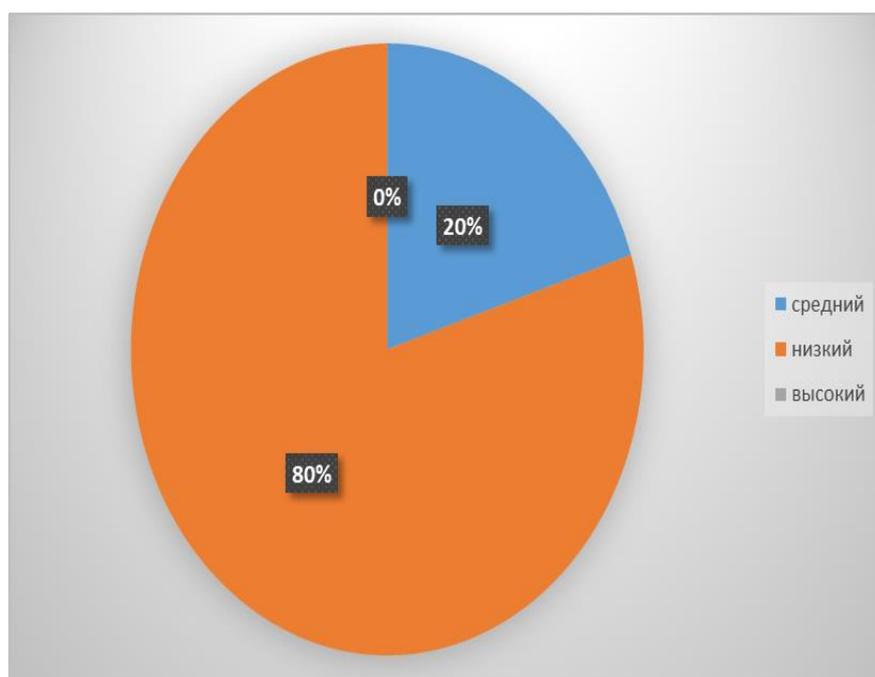


Рисунок 5- Результаты исследования по общему показателю жизнестойкости С. Мадди.

В результате исследования было выявлено, что лишь 20% подростков имеют средний уровень развития жизнестойкости. Данные подростки спокойно воспринимают деятельности, которыми они заняты, без особого удовольствия, но и без отрицательных эмоций, негативных переживаний, периодически возникающей потребности в поиске чего-то нового, более интересного. Подросткам свойственно снижение угрозы события или уменьшение выраженности стрессогенных факторов. При это подростки разумно оценивают степень рискованности тех или иных действий, нельзя, так как им свойственно следовать побуждениям, обдумав последствия.

Большинство же подростков, принявших участие в исследовании, продемонстрировали низкий уровень жизнестойкости. Данный уровень был выявлен у 80% подростков. Данные подростки демонстрировали отсутствие удовольствия от тех видов деятельности, которые они, в силу объективной необходимости, выполняют, независимо от того, какая именно это деятельность. Подростки не проявляют инициативу в отношениях, часто впадают в уныние или апатию и не стараются изменить ситуацию, которая вокруг них сложилась, но при этом подростки расценивают риск как средство

приобретения жизненного опыта. Данные подростки проявляют устойчивую потребность в риске.

2.2 Разработка и реализация программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении

По результатам диагностического исследования нами была разработана программа, направленная на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Цель данной программы: развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении

Задачи программы:

- сформировать отношение к жизни как ценности;
- обучить способам управления своими эмоциями;
- обучить навыкам совместного труда (коллективная деятельность, в которой каждый участник выполняет свою функцию, каждый участник показывает своё поведение в ситуациях конфликта и, создаёт благоприятный психологический фон в коллективе);
- развитие и поддержание положительного собственного оценивания самого себя и понимание себя как личности.

Программа развития жизнестойкости основана на принципах:

1. Принцип принимать себя таким какой ты есть.
2. Принцип равного права контакта ребёнка с собой и с окружающим.
3. Принцип активности.
4. Принцип быть уверенным в себе и себя уважать.
5. Принцип социальной поддержки.

Анализ содержания данного понятия жизнестойкости включает в себя три компонента: вовлечённость, контроль, принятие риска. Исследователи многие говорят, что у человека, которого развит данный компонент будет извлекать удовольствие от той деятельности которой он занимается. Поскольку общение это одна из важной составляющей части человека, нужно уделять внимание чтобы развивать коммуникативные навыки подростков. Человек, который

обладает коммуникативной компетентностью очень хорошо, от получения от процесса общения удовольствие и от сознания того что правильно построенное взаимодействие поможет ему достигнуть свои цели.

Каждое занятие имеет свою чёткую структуру и включает в себя три обязательных элемента:

1) вводная часть («обряд приветствия», «многократное воспроизведение правил», «выявление ожиданий») создание позитивных положительных эмоций;

2) основная часть (подвижные игры, метафорические игры, развивающие упражнения, рисование, сказкотерапия;

3) заключительная часть («проверка ожиданий», «обратная связь», «рефлексия», «обряд прощания») создание ощущения завершенности.

Программа предполагает также и выполнение домашней работы и работы с родителями.

Программа рассчитана на 18 занятий и включает три взаимосвязанных блока. Первый блок программы – вступительная часть (два занятия).

Второй блок – основная часть (семь занятий) занятия, направленные на развитие четырёх компонентов жизнестойкости:

- 1) эмоционально-личностный
- 2) индивидуально-типологический
- 3) социально-коммуникативный
- 4) рефлексивно-поведенческий (два занятия)

В третьем блоке-итоговая часть, (одно занятие).

В качестве теоретической модели построения принципов организации занятий по программе мы исходили из классификации Н.В. Вачкова, который выделяет три основных принципа: событийность (организация движения), метафоризация (организация пространства), трансспектива (организация времени). При помощи этих принципов мы попытались превратить сам процесс занятий в кружке в ряд взаимосвязанных между собой событий, которые

воспринимались участниками как единое целое и неразрывность внутренних и внешних изменений.

Таблица 4- программа, направленная на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Первый блок. Вступительный				Ожидаемые результаты	Кол- во часов
/	Тема занятие	цель	Используемые упражнения		
1	Знакомство. Правила работы в группе.	Познакомить с программой занятий. Познакомиться участниками группы. Создать и записать правила необходимые для эффективной работы в группе.	1. «Кто я?»; 2. «Дерево-с характер»	Развитие коммуникативных навыков, умений адекватного восприятия ситуации	1 час
2	Сплочение группы. Создание доверительной атмосферы.	1.Создать атмосферу доверия и доброжелательности. 2.Развитие умений определять цели и приоритеты деятельности	1. «Портрет по кругу» 2.«Метафорическая игра»	Развитие умений определять цели и приоритеты деятельности	1 час
Второй блок. Основной					
/п	Тема занятие	Цель	Используемые упражнения	Ожидаемые результаты	Кол-во часов
3	«Я и мои эмоции»	1. Установить контакт в группе. 2. Сделать коррекцию страхов и тревожности. 3. Повысить самооценку 4. Сформировать навыки коллективного взаимодействия. 5. Развить навыки эмпатии и доверия 6. Создать положительный взгляд на образ своегобудущего.	1. «Я рисую свойстрах» 2. «Я тебе прощаю» 3. «Копилка образ»	Развитие коммуникативных навыков, эмпатии, самооценки, умений контролировать себя.	1 час
4	«Я и моя самооценка»	1. Научиться распознавать эмоции друг друга за невербальными признаками. 2. Развить реальное видение своих возможностей. 3. Развить мотивацию. 4. Развить положительное само восприятия.	1. «Три зеркала» 2. «Автопилот» 3. «Формула успеха»	Развитие коммуникативных навыков, эмпатии, самооценки. Развитие вовлеченности подростков в совместную деятельность.	1 час

Продолжение таблицы 4

5	«Я и мой характер»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Научить вырабатывать конструктивные стили поведения в различных ситуациях. 2. Повысить самооценку. 3. Повысить мотивацию. 4. Рефлексия характерологических проблем 	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Какого я цвета?» 2. «Я - герой» 3. «Мой характер» 	<p>Развитие конструктивных стилей поведения в различных ситуациях.</p> <p>Развитие самооценки и мотивации.</p> <p>Развитие эффективных копинг-стратегий в конфликтных и стрессовых ситуациях</p>	1 час
6	«Мои индивидуальные качества»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снять эмоциональное напряжение. 2. Научить выявлять и контролировать свои эмоции. 3. Осознавать свои положительные и отрицательные черты характера 4. Уметь анализировать собственное окружение. 5. Вырабатывать навыки социальной адаптации. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. «На плотине волны» 2. «Кругзнаний» 3. «Я чувствую себя хорошо, когда ...» 4. «А как бы я поступил?» 	<p>Развитие коммуникативных навыков, эмпатии, самооценки, умений контролировать себя.</p>	1 час
7	«Я уверен в себе!»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Снизить тревожность; 2. Расслабить мышцы; 3. Отрабатывать приёмы уверенного поведения подростков в ситуации тревожности. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Этюд «Радость» 2. Упражнение «Радостные моменты» 3. Упражнение «Круг уверенности» 4. Релаксация «Холодно-жарко» 	<p>Снижение уровня тревожности, развитие стрессоустойчивости</p> <p>возможно контролировать ситуацию</p>	1 час
8	«Я и люди вокруг меня»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать навыки ответственного поведения за последствия своих действий. 2. Выработка конструктивных стилей поведения. 3. Повысить социальную адаптацию. 4. Развить навыки эмоциональной саморегуляции. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Линия жизни» 2. «Я глазами других» 3. «Слушаем себя» 	<p>Развитие навыков ответственного поведения за последствия своих действий.</p> <p>Развитие конструктивных стилей поведения.</p> <p>Развитие умений контролировать себя в конфликтных ситуациях</p>	1 час

Продолжение таблицы 4

9	«Я и конфликт»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать чувства уверенности в своем будущем. 2. Развить коммуникативные навыки, повышения эффективности межличностных отношений. 3. Презентация различных моделей поведения в различных ситуациях. 4. Развить положительное отношение к школе. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Мой мир» 2. «10 событий» 3. «Сказать можно по-разному» 	<p>Развитие навыков ответственного поведения за последствия своих действий. Развитие конструктивных стилей поведения. Развитие умений контролировать себя в конфликтных ситуациях</p>	1 час
10	«Я и мои поступки»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Смоделировать конструктивные стили поведения. 2. Сформировать лидерские качества и навыки сотрудничества. 3. Развить познавательный интерес к учёбе. 4. Проработать вспышки гнева и агрессии 	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Смена ролей» 2. «Эффект домино» 3. «Я несу ответственность» 4. «Мешочек гнева» 	<p>Развитие контролировать себя в конфликтных и стрессовых ситуациях. Развитие лидерских качеств и коммуникативных навыков. Развитие познавательного интереса и познавательной активности в деятельности, выработка целей деятельности</p>	1 час
11	«Я не боюсь трудностей»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сформировать умения находить альтернативные решения эмоциональных ситуаций. 2. Снять эмоциональное напряжение; 3. Развивать социальное доверие; 4. Развивать коммуникативные навыки. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сказка «Я не могу этого вынести!» (начало) 2. Обсуждение проблемной ситуации 3. Сказка «Я не могу этого вынести!» (окончание) 	<p>Развитие умений находить альтернативные решения эмоциональных ситуаций. Развитие коммуникативных навыков, умений контролировать себя в ситуации</p>	1 час
12	«Я преодолю все»	<ol style="list-style-type: none"> 1. Избавить участников занятия от напряжения; 2. Повысить самооценку детей; 3. Развить доверия друг к другу; 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разбор проблемной ситуации 2. Упражнение «Я справился!» 	<p>Развитие умений находить альтернативные решения эмоциональных ситуаций.</p>	1 час

Продолжение таблицы 4

13	«Я преодолею все»	4. Отработать навыки бесконфликтного поведения.		Развитие коммуникативных навыков, умений контролировать себя и ситуацию	1 час
14	«Как управлять эмоциями?»	1. Сформировать умения переживать эмоциональные состояния без их подавления 2. Расслабить мышцы; 3. Отрабатывать приёмы уверенного поведения подростков в ситуации тревожности.	1. Сказка «Мне плохо!» (начало) 2. Обсуждение проблемной ситуации 3. Сказка «Мне плохо!» (окончание) 4. Упражнение «Мусорное ведро»	Развитие умений переживать эмоциональные состояния без их подавления, умений контролировать себя, развитие эффективных копинг-стратегий	1 час
15	«Я всемогу»	1. Научить осознавать свои эмоции, обогащение адекватными способами выражения своего настроения 2. Обучить самоконтролю и закреплению этих навыков 3. Обучить навыкам релаксации	1. Дидактическая игра «Покажи настроение» 2. Упражнение «Я сильный - Я слабый» 3. Упражнение «Я смогу»	Развитие умений и навыков контролировать себя, развитие эффективных копинг-стратегий в стрессовых и конфликтных ситуациях. Развитие умений и навыков извлекать знания из личного опыта	1 час
16	«Прошлое, будущее, настоящее»	1. Сформировать навыки выхода из различных ситуаций. 2. Помочь в осознании своих страхов и переживаний. 4. Воспитать чувства толерантности. 5. Обучить способам релаксации и дыхательным техникам.	1. «Пишу письмо самому себе» 2. «Веселый фотограф» 3. «Домужасов»	Развитие стрессоустойчивости, умений контролировать ситуацию. Развитие умений и навыков извлекать знания из личного опыта	1 час
Третий блок. Итоговый.					
17	«Ты молодец»	1. Сформировать навыки самоанализа и знаний друг о друге через раскрытие собственных желаний и мечтаний.	1. «Пирог желаний» 2. «Я хочу, я должен»	Развитие навыков самоанализа и знаний друг о друге через раскрытие собственных желаний и мечтаний,	1 час

Продолжение таблицы 4

18	«Ты молодец»	2. Развить навыки самоконтроля. 3. Проанализировать изменения в отношении подростков к помехам в течение работы в группе.4. Оценить изменения в отношении учеников к самому себе.	3. «Ящик Пандоры» 4. «Сейчас я вижу себя так»	развитие умений и навыков самоконтроля, развитие умений и навыков извлекать знаний из личного опыта	1 час
----	--------------	--	--	---	-------

Занятие по программе направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, посещали 5 подростков. Занятие проводилось 2 раза в неделю по одному часу, срок реализации программы - 2 месяца и одна неделя.

После завершения, всех занятий, которые были направлены на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, нами была проведена повторная диагностика всех компонентов жизнестойкости теста С. Мадди. При повторной диагностике уровня развития жизнестойкости из семей, находящихся в социально опасном положении мы использовали такую методику как «Тест жизнестойкости» С. Мадди, нами были получены следующие результаты.

Результаты контрольного тестирования представлены в таблице 5.

Таблица 5- Тест жизнестойкости (С. Мадди)

Порядковый номер респондента	Баллы по шкалам			
	Жизнестойкость (баллы)	Шкала Вовлеченность (баллы)	Шкала Контроль (баллы)	Шкала принятие риска (баллы)
1	70	34	24	12
2	71	31	33	7
3	79	42	25	12
4	73	34	27	12
5	74	34	28	12
Средние значения	73.4	33	29	11.4

При повторной диагностике уровня развития жизнестойкости по тесту С. Мадди у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении были выявлены следующие показатели:

Таблица 6 – Результаты диагностики уровня развития жизнестойкости из семей, находящихся в социально опасном положении.

	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
	Констат. Этап	Контр. Этап	Констат. Этап	Контр. этап	Констат. этап	Контр. Этап
Вовлечённость	-	20	40%	60%	60%	0%
Контроль	-	20%	80%	60%	20%	0%
Принятие риска	-	-	60%	80%	40%	0%
Общая жизнестойкость	-	-	20%	60%	80%	0%

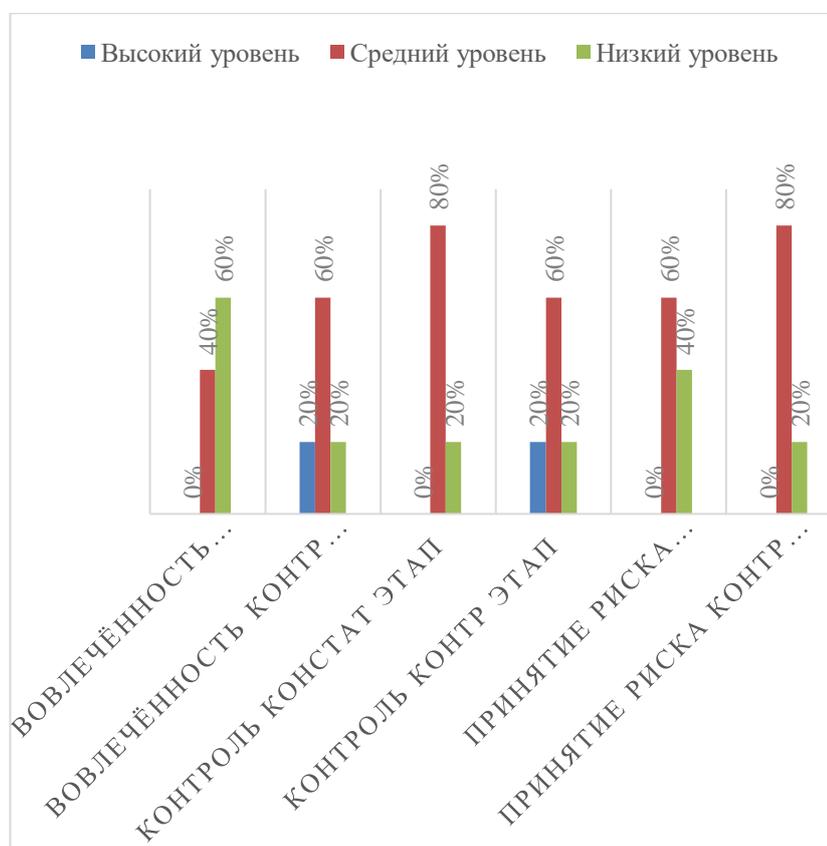


Рисунок 6- Уровень развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении на контрольном этапе.

По результатам нашего исследования мы видим, что каждый компонент увеличился, а также и в целом жизнестойкость. По шкале «вовлечённость», высокий уровень как компонент жизнестойкости, повысился на 20%, что подтверждает, что подростки стали с огромным удовольствием и интересом

относится к своей деятельности, которой они занимаются. Средний уровень вовлечённости вырос на 20% и на контрольном этапе составил 60%, теми видами деятельности, которыми они занимаются подростки, у них нет отторжения этих занятий, а также негативных эмоций, негативных переживаний, периодически возникающей потребности в поиске чего-то нового, более интересного. Низкий уровень вовлечённости был выявлен у 20% подростков это говорит о том, что они без удовольствия занимаются видами деятельности.

По шкале «контроль» было выявлено, что на контрольном этапе 20% подростков имеют высокий уровень, подростки продемонстрировали умения контролировать себя в разных ситуациях, а также и сами ситуации, они приобрели убеждённость в том, что борьба позволит им повлиять на результат происходящего, пусть даже влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Средний уровень был выявлен у 60% подростков, подросткам свойственно снижение угрозы события или уменьшение выраженности стрессовых факторов. Низкий уровень продемонстрировали 20% подростков, подросткам характерна низкая способность влиять на результаты и на стрессовые ситуации, пассивность и безынициативность в отношении сложившихся вокруг них обстоятельств, склонность впадать в состояние уныния, беспомощности.

По шкале «принятие риска», средний уровень увеличился на 20%, на контрольном этапе 80% подростков продемонстрировали средний уровень принятия риска, подростки испытывают умеренную потребность в риске, но и говорить о том, что они разумно оценивают степень рискованности тех или иных действий нельзя, так как им свойственно следовать побуждениям, обдумав те последствия, которые на поверхности, но не те, которые могут быть скрыты. Иными словами, они готовы к риску даже в тех случаях, когда успешность исхода не гарантируется.

Низкий уровень по данной шкале был выявлен у 20% подростков, что свидетельствует о том, что эти подростки испытывают риск в качестве способа

приобретения жизненного опыта. Без постоянного ощущения риска жизнь может представляться им бесконечной скучной, не интересной, их потребность в риске не только ярко выражена, но и устойчивая.

По сравнению с этапом до проведения диагностики программы и на контрольном этапе мы видим, что показатели по компонентам стали лучше. По шкале вовлечённость низкий уровень стал ниже на 40%, теперь 20% это один подросток, средний уровень увеличился на 20%, был 40%, а стал 60% это 3 подростка, и высокий уровень был 0%, а стал 20% это 1 подросток. По шкале контроль низкий уровень не изменился это 20% 1 подросток, средний уровень упал на 20%, был 80%, а стал 60% это 3 подростка, а высокий уровень был 0%, стал 20% это 1 подросток. По шкале принятия риска низкий уровень был 40%, стал 20% это 1 подросток, средний уровень был 60%, стал 80% это 4 подростка, высокий уровень не изменился был 0% и также остался 0%

При контрольном исследовании, положительная серьёзная динамика была замечена у тех подростков, которые самостоятельно и осознанно стремились развивать собственную жизнестойкость. Каждый из подростков пережил свою трудную жизненную ситуацию. Педагоги заметили, что после участия подростков в программе, у них редко использовалась тактика избегания проблемы или эту проблему они игнорировали, они проявили активность в решении проблемы самостоятельно.

Многие подростки заметили то что, когда им нужно было преодолеть стрессовую ситуацию, у них были те же ощущения, как и во время бега, на длинную дистанцию, достигая финиша из последних сил. Большая часть подростков не задумывались как развить свою жизнестойкость, в большей мере они отвечали правильно на вопрос что такое жизнестойкость. У мальчиков жизнестойкость будет определяться при волевых качествах личности, осознание собственной ответственности за происходящее. У девочек жизнестойкость будет определяться как эмоциональные установки, самосознание и самоотношение.

Девочки более эмоциональны, для них жизнестойкость связана с эмоциональными проживаниями ситуаций и проблем.

Во время реализации программы мы наблюдали изменения, которые происходили с подростками. Можно отметить, что после проведённого комплекса мероприятий подростки стали осознавать, насколько важна жизнестойкость, насколько важно понимать развития личности в дальнейшем. Из этого можно сделать вывод о том, что программа по развитию жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, дала положительный результат.

Выводы по 2 главе

Для нашего исследования мы выбрали одну методику: Компоненты вовлечённость, контроль, принятие риска проверяли методикой «Тест жизнестойкости (методика С. Мадди, в адаптации Д.А. Леонтьева)».

Данную методику применяли в качестве средства мониторинга 3 компонентов жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, и в последствии полученные результаты первичной (констатирующей) диагностики послужили основой для разработки программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, способствующей повышению компонентов жизнестойкости, формированию коммуникативных навыков, адаптации в современном мире, особенно имеющих низкий и средний уровень компонентов жизнестойкости.

Повторная (контрольная) диагностика помогла выявить эффективность разработанной программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Реализация данной программы позволила достичь следующих результатов: положительная динамика у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении по всем 3 компонентам жизнестойкости, приобретение и формирование коммуникативных навыков, повышение стрессоустойчивости, умение принимать решения, активизация взаимодействия родителей, детей, педагогов по данному направлению.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении- важнейшая проблема современного общества, социализации, коммуникации, адаптации таких подростков. В целом данную проблему стараются решить педагоги, родители, социальные службы и государство.

В нашем современном, социально-ориентированном государстве развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении является актуальным направлением для родителей, педагогов, подростков. И только понимание этой проблемы, сотрудничество, всестороннее взаимодействие родителей и педагогов, социальных служб, даёт положительные результаты и оказывает активное влияние на развитие жизнестойкости таких подростков.

В связи с этим целью нашего исследования является развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.

Работая над проблемой исследования, была изучена психолого-педагогическая и методическая литература таких авторов как: С.А. Богомаз, С. Мадди, М.В. Логинова, Д.А. Леонтьев, Р.И. Стецишина, Л.А. Александрова, С.В. Книжникова, Е.И. Рассказова, Т.В. Наливайко) и других. В нашей работе мы основывались на понятиях и определениях таких учёных, как Сальвадор Мадди и Сьюзен Кобейс и сформулировали итоговое понятие. Таким образом, жизнестойкость как важный ресурс преодоления, можно определить, как способность и готовность субъекта заинтересованно(вовлечённость) участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, контролировать данные ситуации, управлять ими (контроль), не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, уметь рисковать(риск).

Были изучены определения и понятия: «жизнестойкость», «устойчивость», «семья», «семья в социально опасном положении», «социально опасное положение», большой теоретический материал на основе анализа которого сделали вывод, о том, что наше исследование соответствует характеристике темы исследования.

Нами была использована методика по жизнестойкости: «Тест жизнестойкости (методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева)», посредством которой диагностировались следующие компоненты: вовлечённость, контроль, принятие риска (Приложение А). Компоненты и критерии жизнестойкости:

Вовлечённость- определяется как «убеждённость в том, что вовлечённость в происходящее даёт максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлечённости получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убеждённости порождает чувство отвергнутости, ощущения себя «вне» жизни.

Контроль- представляет собой убеждённость в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому- ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

Принятие риска- убеждённость человека в том, что всё то, что с ним случается, способствует его развитию за счёт знаний, извлекаемых из опыта, неважно, позитивного или негативного. Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надёжных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности, обедняющим жизнь личности. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

На основе вышеназванных компонентов жизнестойкости мы разработали, теоретически обосновали и реализовали программу по развитию

жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, на базе МБОУ «Новобирлюсская средняя общеобразовательная школа», в исследовании принимали 5 подростков.

После реализации программы, направленной на развитие жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, мы провели повторную (контрольную) диагностику, которая помогла выявить положительную динамику у всех подростков, на основании чего мы сделали выводы о её эффективности.

Наше исследование подтвердило гипотезу выпускной квалификационной работы о том, что развитию жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении, будет способствовать разработанная и реализованная программа, направленная на развитие способности и готовности субъекта участвовать в ситуациях повышенной для него сложности, способности контролировать данные ситуации, готовности не бояться всего нового, неизвестного, возникающих трудностей на пути к достижению целей, готовности уметь рисковать.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. А.Н. Фомина. Жизнестойкость личности / «Прометей», Москва 2012. 40 с.
2. Александрова Л.А. К осмыслению понятия «жизнестойкость личности» в контексте проблематики психологии способностей / Психология способностей: современное состояние и перспективы исследования: материалы научной конференции. М.: Институт психологии РАН, 2005. – С. 16-22.
3. Водяха С.А. Соотношение жизнестойкости и личностных достоинств студентов / С. А. Водяха // Педагогическое образование в России. – 2017. – №11. – С. 24-29.
4. Васильева Л.Л., Кащеева А.В., Петрова Л.Ю., Преображенская Е.В., Черняева Т.Н., Понятийный аппарат социальной педагогики. - Саратов: Научная книга, 2009. – С 92.
5. Дивицына Н.Ф. Социальная работа с неблагополучными детьми и подростками. Конспект лекций. - Ростов на Дону, 2005. -77 с.
6. Евтушенко Е.А. Жизнестойкость личности как психологический феномен / Е.А. Евтушенко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. - 2016. - № 60. - С. 72-78.
7. Ефимова О.И., Игдырова С.В., Ощепков А.А. Взаимосвязь ценностных ориентаций и жизнестойкости личности и нормативных и девиантных подростков // Вестник ЛГУ им. А.С. Пушкина. 2011.- №1. –С. 61-71.
8. Закерничная Н.В. Теоретическое осмысление понятие жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях. 2016.- С. 61-65.
9. Иванова М.А. Жизненные сценарии и жизнестойкость подростков // Фундаментальные исследования. 2013. № 10-4. С 875-878.
10. Краснопольская Н.С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и жизнестойкости студентов вуза // Вестник БГУ. 2012.-№1(2). С. 150-154.
11. Калашникова М.Б. Жизнестойкость как необходимая личностная

характеристика современных подростков / М.Б. Калашникова, Е.В. Никитина // Вестник НовГУ. 2017.- №4(102). – С. 51-55.

12. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тесты жизнестойкости. – М.: Смысл, 2006. – с 4.

13. Луканина К.В. Социальный портрет несовершеннолетнего и семей, находящихся в социально опасном положении. 2021. – С 148-158.

14. Логинова М.В. Жизнестойкость как внутренний ключевой ресурс личности. Пенза. 2009. С 19-22.

15. Логинова И. А., Монастырёва Г.В. Требования к документации центра социальной помощи семье и детям по сопровождению семьи, находящейся в социально опасном положении. Самара 2012. – С 9.

16. Медведева Е.В. Взаимосвязь ценностно-смысловых ориентаций и жизнестойкости инвалидов / Е.В. Медведева // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. 2008.- №2. – С 172-177.

17. Мадди С.Р. Смыслообразование в процессе принятия решений / Мадди Сальваторе Р.; Перевод с англ. Е. Н. Осина, под ред. Д. А. Леонтьева// Психологический журнал. – 2005. №6. – с 87-101.

18. Наливайко Т.В. К вопросу осмысления концепции жизнестойкости С. Мадди // Вестник интегративной психологии. 2006. -№4. –С 211-216, и С 45-54.

19. Никитина Е.В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования // Academy. -2017. -№4 (19). – С 100-103.

20. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матёрова Т.А., Ховалкина Т.А., Шамардина М.В. Барнаул, 2014. – 184 с.

21. Одинцова М.А. Психология жизнестойкости. М.: Флинта: Наука. 2015. 296 с.

22. Рапохина М.А. Анализ проблемы одиночества и жизнестойкости в современной психологии // Наука и современность. 2012. №17. - С 1-4.

23. Рассказова Е.И. Жизнестойкость и выбор будущего в процессе

реабилитации // Гуманитарные проблемы современной психологии. Известия Таганрогского радиотехнического университета. -2005. -№7. - С 124-126.

24. Рахимова Р.М. Молодежная политика ВУЗа среднего города/ Р.М. Рахимова // Ежегодная научная конференция Сорокинские чтения. - М., МГУ им. Ломоносова. 2002.

25. Социально опасное положение семьи и детей: анализ понятия и методология оценки / под ред. Е.Р. Ярской-Смирновой, В.М. Маркиной. М.: ООО «Вариант», 2015. – с 56.

26. Стоякина И.В., Ременцова Н.Г. Программа работы с семьями, находящимся в социально опасном положении. // Воспитание школьников. - 2014. -№6. – С 57-62.

27. Федеральный закон от 24.06.1999 N 120-ФЗ (ред. от 21.11.2022) "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних".

28. Ярошук И.В. Психология жизнестойкости: обзор теоретических концепций, эмпирических исследований и методик диагностики. Выпуск 1, том 33. 2020. – С 50-54.

29. Kowalski С.М. Schermer J.A. Hardiness, Perseverative Cognition, Anxiety, and Health-Related Outcomes: A Case for and Against Psychological Hardiness. Psychological Reports, 2019- vol. 122 -№ 6, p. 2096–2118.

30. Narad A. Psychological hardiness among senior secondary school students: influence of home environment. Man in India, 2018, vol. 97, № 23, pp. 441–453.

ПРИЛОЖЕНИЯ**Приложение А****Тест жизнестойкости С. Мадди**

Данный тест представляет собой адаптацию опросника Hardiness Survey С. Мадди.

Инструкция: респондент читает следующие утверждения и выбирает тот вариант ответа («нет», «скорее нет, чем да», «скорее да, чем нет», «да»), который наилучшим образом отражает его мнение. Здесь нет правильных или неправильных ответов, так как важно только мнение испытуемого. Установка – работать в темпе, подолгу не задумываясь над ответами. Отвечать последовательно, не пропуская вопросов. Заносим их на лист бумаги по каждому пункту. Далее проводим обработку.

Тестовый материал (вопросы утверждения)

1. Я часто не уверен в собственных решениях.
2. Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела.
3. Часто, даже хорошо выспавшись, я с трудом заставляю себя встать спостели.
4. Я постоянно занят, и мне это нравится.
5. Часто я предпочитаю ничего не делать.
6. Я часто меняю свои планы.
7. Мне не нравится, когда что-то нарушает мой распорядок дня.
8. Неожиданные трудности утомляют меня.
9. Я всегда контролирую ситуацию.
10. Порой я так устаю, что уже ничто не может заинтересовать меня.
11. Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным.
12. Я стараюсь быть в курсе всего происходящего вокруг меня.
13. Лучше синица в руках, чем журавль в небе.
14. Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым.

15. Я люблю ставить трудные цели и добиваться их.
16. Иногда меня пугают мысли о будущем.
17. Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал.
18. Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль.
19. Мне кажется, если бы я меньше грустил о прошлом, мне было бы легче сейчас.
20. Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми.
21. Испытав поражение, я буду стараться отыграться.
22. Я люблю знакомиться с новыми людьми.
23. Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, что он просто не умеет видеть интересное.
24. Мне всегда есть чем заняться.
25. Я всегда могу повлиять на результат того, что происходит вокруг.
26. Я часто сожалею о том, что уже сделано.
27. Если проблема требует больших усилий, я предпочитаю отложить ее до лучших времен.
28. Мне трудно сблизиться с другими людьми.
29. Как правило, окружающие слушают меня внимательно.
30. Если бы я мог, я многое изменил бы в прошлом.
31. Я откладываю трудные дела на потом.
32. Мне кажется, жизнь проходит мимо меня.
33. Мои мечты редко сбываются.
34. Неожиданности дарят мне интерес к жизни.
35. Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны.
36. Порой я мечтаю о спокойной размеренной жизни.
37. Мне не хватает упорства закончить начатое.
38. Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной.
39. У меня нет возможности влиять на неожиданные проблемы.
40. Окружающие меня недооценивают.
41. Как правило, я работаю с удовольствием.

42. Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей.

43. Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются.

44. Друзья уважают меня за упорство и непреклонность.

45. Я охотно берусь воплощать новые идеи.

Обработка результатов теста.

Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 0 до 3 («нет» - 0 баллов, «скорее нет, чем да» - 1 балл, «скорее да, чем нет» - 2 балла, «да» - 3 балла), ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 3 до

0 («нет» - 3 балла, «да» - 0 баллов). Затем суммируется общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из 3 субшкал (вовлеченности, контроля и принятия риска). Прямые и обратные пункты для каждой шкалы представлены ниже.

Ключ.

	Прямые пункты	Обратные пункты
Вовлеченность	4, 12, 22, 23, 24, 29, 41	2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42
Контроль	9, 15, 17, 21, 25, 44	1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43
Принятие риска	34, 45	7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36

Интерпретация (расшифровка).

Выраженность жизнестойкости в целом и ее компонентов препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях.

- Вовлеченность
- Контроль
- Принятие риска

Компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее. Их развитие решающим образом зависит от отношений родителей с ребенком. В частности, для увеличения вовлеченности принципиально важно принятие и поддержка, любовь и одобрение со стороны родителей. Для развития компонента контроля важна поддержка инициативы, стремления справляться с задачами все возрастающей сложности на грани своих возможностей.

Для развития принятия риска важно богатство впечатлений, изменчивость и неоднородность среды.

Средние и стандартные отклонения общего показателя.

Нормы	Жиз нестойкост ь	Вовл еченность	Кон роль	Пр инятие риска
Среднее	80,72	37,64	29,17	13,91
Стандартное отклонение	18,53	8,08	8,43	4,39

Пример занятий по программе развития жизнестойкости у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении

Занятие 1. Знакомство. Правила работы в группе.

1. «Приветствие»

Подростки сидят на стульях по кругу. Педагог передает мячик подростку. Ребенок при этом называет настроение, которое у него сейчас, передавая мячик следующему участнику. Так мячик передается пока не пройдет через всех подростков.

2. Упражнение «Кто я?»

Цель: познакомить учащихся друг с другом и создать благоприятную и дружелюбную атмосферу для работы в группе.

Данное упражнение хорошо подходит как для первого знакомства, когда подростки видят друг друга впервые, так и для тех учеников, которые уже знакомы, но в процессе выполнения упражнения получают возможность еще лучше узнать друг друга.

Каждому участнику предлагается написать на листах бумаги цифры от 1 до 5 и пять раз подряд дать ответ на вопрос: «Кто я?».

Листы с ответами прикрепляются на одежду, и подростки начинают ходить по залу и читать то, что другие участники написали о себе.

3. Упражнение «Дерево-характер»

Педагог рассказывает сказку: Далеко-далеко в океане есть один чудесный остров. Он весь покрыт зеленью - прекрасными цветами, разнообразными травами и, деревьями. Но все деревья на этом острове необычные, они очень разные и непохожие друг на друга. Но есть одна тайна этих деревьев, все они своей непохожестью напоминают характеры людей, живущих на земле.

Есть деревья, которые как будто парят над землей, потому что характер людей, которых они напоминают легкий и добродушный. Есть деревья, которые

крепко держатся за землю всеми своими корнями, как человек, который твердо идет к своей цели и доделывает все начатые дела до конца. А вот дерево, на котором распустились ароматные цветы и над ними порхают бабочки, - оно напоминает веселую девочку, которая выбежала поиграть на полянку со своими подружками. Совсем неподалеку от него растет небольшое деревце, все в колючках, совсем как плохой мальчик, который не хочет играть с другими детьми и постоянно обижает маленьких.

На берегу веселого ручейка растет дерево с ласковыми бархатистыми ветвями, очень похожими на руки мамы. А высоко в горах растет дерево, каждый листочек которого звенит, как веселый колокольчик.

Деревья постоянно растут и изменяются. Некоторые деревья вырастают большими и сильными, и тогда их не может сломить ни одна буря. Некоторые деревья, наоборот, гнутся даже от самого слабого дуновения ветерка. Есть деревья, которыегибают свои ветви от недостатка тепла и света, а есть деревья, которые сами дарят другим тепло, радость и свет.

Многие люди хотели бы попасть на этот остров и отыскать там свое дерево, но это не удавалось еще никому. И только прислушавшись к себе, посмотрев на себя со стороны, мы можем понять и узнать на какое же дерево на этом чудесном острове похож я...

Педагог: понравилась вам сказка?

Скажите, пожалуйста, а вы знаете, какой у вас характер?

Хотели бы вы увидеть свое дерево-характер?

Давайте сейчас попробуем нарисовать каждый свое дерево-характер. Подростки берут необходимые материалы и рисуют деревья.

4. «Прощание». Все стоят в кругу, протягивают руки вперед в центр круга. Все должны почувствовать себя теплым солнечным лучиком и взяться за руки.

Занятие 2. Сплочение группы. Создание доверительной атмосферы.

1. «Приветствие» Участники встают по кругу и кладут руки на плечи

друг другу и говорят слова приветствия

2. Упражнение «Портрет по кругу»

Цель: формировать умение конструктивного анализа поведения людей в различных жизненных ситуациях.

Подросткам зачитывается текст притчи. Задачей является проанализировать ее содержание и дать собственную оценку ситуаций, которые там описываются. При анализе притчи можно использовать как индивидуальную, так и парную форму работы.

3. Упражнение «Метафорическая игра»

Цель: выявление представлений, учащихся о себе; активизация самосознания.

По условиям упражнения учащимся предлагается придумать ассоциацию себя и любой известной им цветка (ромашка, роза и т.д.). После того как ассоциация будет сформирована, подростки должны рассказать группе о мотивах своего выбора и объяснить, чем именно они похожи на выбранную цветок. На последнем занятии программы это упражнение проводится повторно, что позволит проследить изменения, произошедшие в самоотношении учащихся в результате работы группы.

4. «Прощание» Все встают в круг, берутся за руки. Хором говорят «до свидания», на последнем слоге поднимают руки вверх и делают шаг в середину.

Занятие № 3 «Я и мои эмоции»

1. «Приветствие». Подростки сидят на стульях по кругу. Ведущий передает мяч подростку. Ребенок при этом называет эмоцию, которую знает, передавая мяч следующему участнику. Так мяч передается пока не пройдет через всех подростков.

2. Упражнение «Я рисую свой страх»

Цель: борьба со страхами учеников, снижение уровня тревожности.

Участникам группы предлагается нарисовать на пустом белом листе бумаги свой самый большой в жизни страх. При объяснении задачи акцентируется внимание на том, что изображение может иметь любой вид, цвет и размер. Далее учащиеся по очереди комментируют свои рисунки и объясняют, что и почему они нарисовали. После того как все подростки выступят, по команде педагога подростки разрывают свои рисунки на мелкие кусочки. Такое действие означает, что все они победили свои страхи.

3. Упражнение «Я тебе прощаю»

Цель: развитие умений эмпатии и доверия друг к другу. Подросткам дается несколько минут для того, чтобы вспомнить различные образы, которые им кто-нибудь наносил, а затем подойти друг к другу и сказать фразу: «Я тебе прощаю...». Упражнение направлено на формирование умения прощать обиды. После этого наступает этап обсуждения.

4. Упражнение «Копилка образ»

Цель: научить учащихся урегулировать собственные эмоции и чувства. Учащимся предлагается представить свои самые образы (друзей, родителей, знакомых и др.) И мысленно поместить их в нарисованную копилку. После этого проводится коллективное обсуждение на тему: «Что делать с этой копилкой?». Как вариант ее можно порвать, выбросить, помять и т.д. Главное - прийти к общей мысли, что копить в себе обиды является одной из самых плохих привычек, которые не приводят ни к чему хорошему.

Занятия 4. «Я и моя самооценка»

2. Упражнение «Три зеркала»

Цель: развитие реального видения своих возможностей, работа над самосовершенствованием. Учащимся предлагается нарисовать себя в трех зеркалах: 1) на белом фоне - изобразить себя сегодня; 2) на голубом фоне - изобразить себя в будущем 3) на зеленом фоне - изобразить себя в прошлом. Это упражнение предлагается для учащихся, которым присущ страх

самовыражения.

3. Упражнение «Автопилот»

Цель: развитие науки самоанализу.

Основной акцент этого упражнения сделан на раскрытии внутреннего потенциала подростка и содействии развитию таких качеств, как самопонимания и самопринятия. Участники получают задание составить перечень фраз-установок

по типу: «Я умный!», «Я смелый!», «Я - хороший!» И т.д. Эти установки должны быть сугубо индивидуальные и нести в себе только положительную окраску. Подросткам предлагается запомнить их и использовать в качестве ежедневных аффирмаций.

4. «Формула успеха»

Цель: развитие положительного самовосприятия. Подростки объединяются в группы по 2 человека и получают задание составить собственную формулу успеха. В процессе работы группы должны детально обсудить свои формулы и представить результаты работы всей группе.

После проведения повторной диагностики на контрольном этапе по трём компонентам жизнестойкости, анализируя результаты констатирующего и контрольных этапов, можно сделать вывод, о том, что разработанная нами программа даёт положительные результаты, и её следует рекомендовать в работе с подростками из семей, находящихся в социально опасном положении.

Рекомендации по работе с данной программой:

1. На примерах известных людей, родителей, жизненных ситуаций, постараться сформировать ценностное отношение к жизни у подростков из семей, находящихся в социально опасном положении.
2. В целях формирования умений справляться с негативными эмоциями, стрессом, обучить подростков способам управлять своими эмоциями.
3. В целях формирования коммуникативных умений и навыков, совместного труда, научить подростков способам коммуникации в коллективной деятельности, труде и жизнедеятельности в социуме.
4. Для принятия, понимания себя как личности, научить подростков приёмам и способам оценивания себя, повышения самооценки.

