

Тема: Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по формированию навыков жизнестойкости обучающихся

Цель: определить роль педагогов в реализации программы по формированию жизнестойкости обучающихся.

Задачи:

1. Актуализировать проблему формирования жизнестойкости;
2. Изучить особенности трудных жизненных ситуаций обучающихся;
3. Определить направления деятельности педагога в рамках реализации программы формирования жизнестойкости обучающихся.

Понятие трудная жизненная ситуация в целом определяется как временная, создавшаяся ситуация; неизбежное событие в жизненном цикле, порождающее эмоциональные напряжения и стрессы; ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность.

Трудные жизненные ситуации и последствия их переживаний

- Болезни, опасности инвалидности, смерти
- Выполнение каких-либо задач (затруднения, помехи, противодействия, неудачи)
- Социальное взаимодействие (ситуации публичного поведения, оценки, критики, конфликты, давления)

**Кто может попасть в трудную жизненную
ситуацию?**

**Особенности трудных жизненных ситуаций
обучающихся**


(работа в группах)

У ребенка еще не сформированы устойчивые защитные механизмы, помогающие выжить в сложной жизненной ситуации, поэтому он находится на грани срыва, испытывает панический страх от неизвестности и угрозы жизни, и в итоге, теряет контакт с реальностью, остро переживая психопатические реакции.

Беспомощность, боль и растерянность часто толкают ребенка на неадекватные формы поведения, которые шокируют, удивляют и вынуждают взрослых задуматься.

- Термин *hardiness*, введённый С. Мадди, переводится как «крепость», «выносливость», это понятие отражает *отношение* человека к изменениям, его *возможности* воспользоваться имеющимися внутренними *ресурсами*, способность *эффективно управлять* ситуацией, и определяет, насколько личность способна справляться с трудностями жизни.
- Д.А. Леонтьев предложил обозначать данное свойство личности, описанное С. Мадди, как «жизнестойкость». Концепция жизнестойкости изучается в тесной связи с проблемами совладания со стрессом.

**Большинство проблем школьников
зарождались в дошкольном детстве**

The background of the slide is a light blue gradient. In the top left corner, there is a large, faint, light blue circle. The bottom half of the slide is dominated by several overlapping, wavy, translucent blue lines that create a sense of motion and depth. The lines vary in opacity and color, ranging from a pale sky blue to a deeper cerulean.

Работа по формированию навыков
жизнестойкости обучающегося предполагает
*развитие поведенческих навыков,
позволяющих сопротивляться негативным
влияниям среды, эффективно преодолевать
жизненные трудности, трансформируя
их в ситуации развития.*

Показателем эффективности программы

выступает повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

1. Высокая адаптивность.
2. Уверенность в себе.
3. Независимость, самостоятельность суждений.
4. Стремление к достижениям.
5. Ограниченность контактов, самодостаточность.

«Особенности формирования жизнестойкости младших школьников» (приложение 1), размещены на сайте Алтайского краевого центра диагностики и консультирования (далее – «АКЦДК») в разделе _Направления деятельности_ Формирование жизнестойкости_ Библиотека;

«Возрастные особенности формирования навыков эмоциональной саморегуляции и коммуникации обучающихся 11-15 лет» (приложение 2), размещены на корпоративном портале АКЦДК в разделе _Методические рекомендации, Формирование жизнестойкости.

Упражнение «Позитивное мышление»

Ведущий начинает игру любым утверждением, заканчивающимся «... - это хорошо, потому что... » следующий участник начинает свое утверждение с последней части предыдущего, но он должен аргументировать, что это плохо (... это плохо, потому что...) и т.д. чередуются аргументы хорошо-плохо. Например: Дождливая погода это хорошо, потому что можно сидеть дома и смотреть кино. Смотреть кино это плохо, потому что много рекламы. Много рекламы - это хорошо, потому что можно успеть сделать домашние дела. Делать домашние дела - это плохо, потому что мало времени для отдыха и т. д.

Притча древнегреческого мудреца Эзопа.

Однажды Солнце и сердитый северный Ветер затеяли спор о том, кто из них сильнее. Долго они спорили и, наконец, решились померяться силами с путешественником, который в это самое время ехал верхом по большой дороге.

- Посмотри, - сказал Ветер, - как я налечу на него: и мигом сорву с него плащ. Сказал – и начал дуть, что было мочи. Но чем более старался Ветер, тем сильнее закутывался путешественник в свой плащ: он ворчал на непогоду, но ехал все дальше и дальше. Ветер сердился, свирепел, осыпал бедного путника дождем и снегом; проклиная Ветер, путешественник надел свой плащ в рукава и подвязался поясом. Тут уж Ветер сам убедился, что ему плаща не сдернуть.

Солнце, видя бессилие своего соперника, улыбнулось, выглянуло из-за облаков, обогрело, осушило землю, а вместе с ней и бедного полузамерзшего путешественника. Почувствовав теплоту солнечных лучей, он приободрился, благословил Солнце, сам снял свой плащ и привязал его к седлу.

- Видишь ли, - сказала тогда кроткое Солнце сердитому Ветру, - лаской и добротой можно сделать гораздо больше, чем яростью и гневом!