

убеждений, поддающихся формированию и развитию — установки на включенность в противовес отчуждению и изоляции, установки на контроль за событиями в противовес чувству бессилия и установки на принятие вызова и риска в противовес стремлению к безопасности и минимизации напряжений. Также жизнестойкость включает в себя такие базовые ценности, как кооперация, доверие и креативность.

Программа рассчитана на один год работы (36 занятий). В структуру программы входят два содержательных блока, соответствующих концепции проявления компонентов жизнестойкости на разных уровнях психики: социально-психологический и личностно-смысловой [2]. На социально-психологическом осуществляется развитие: эмоциональной сферы и эмоционального интеллекта, способствующих саморефлексии и осмыслению жизненных событий, что противостоит чувству беспомощности, бездеятельности, бессмысленной активности или девиантным действиям в трудных ситуациях; социальных умений, создающих высокий уровень «Я могу» и условия для развития “кооперации” и “доверия”; навыков саморегуляции; “креативности” и гибкости мышления, как работа по формированию способности “выходить” за пределы сложившихся сценариев поведения.

На личностно-смысловом уровне ведется работа по развитию ценностных установок, смыслов, включающих в себя компоненты “вовлеченности” и “принятия риска”, работу с самооценкой и процессом самоопределения и самоидентификации, включающего компонент “контроля”.

Апробация программы проходила в 2016-17г. на базе ГКОУ Школа №2124 «Центр развития и коррекции», в ней принимали участие учащиеся 8-10 классов. Эффективность программы подтверждают данные диагностики: у 78% участников отмечается повышение уровня развития тех или иных компонентов жизнестойкости.

Разработанная программа может быть использована в практике образовательных учреждений и организаций, осуществляющих помощь подросткам группы риска, а также оказавшимся в трудных жизненных ситуациях.

Список литературы:

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в Психологии <http://hpsy.ru/public/x2636.htm>
2. Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В “Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании”, методическое пособие. Барнаул, 2014.
3. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости, 2006.
4. Обухова Л.Ф. «Возрастная психология». М.: Смысл, 2004.
5. Фоминова А.Н. “Жизнестойкость личности”. Монография, М, 2012
6. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment, 1994. Oct. Vol. 63. N 2

Результаты апробации тренинговой программы «Внутренняя позиция школьника»

Косенко Анастасия Аркадьевна, магистр факультета «Юридическая психология» Московского государственного психолого-педагогического университета, Москва, nastenkamm@mail.ru

Мамышева Юлия Игоревна, магистр факультета «Юридическая психология» Московского государственного психолого-педагогического университета, Москва, yuliamamisheva8@gmail.com

Актуальность создания данной тренинговой программы состоит в содействии формирования внутренней позиции школьника, адаптации его к новым условиям, раскрытие

его внутреннего потенциала. Когда ребенок начинает ходить в школу, происходит перестройка образа жизни и деятельности первоклассника. Исследования психологов, педагогов и других специалистов показывают, что есть ребята, трудно адаптирующиеся к новым условиям в силу индивидуальных психофизиологических особенностей. Готовность к позиции школьника не определяется высоким уровнем интеллектуального развития и, даже если ребенок обладает запасом навыков и умений, необходимым для учебы в школе, это не означает, что адаптация к школе пройдет легко

По определению Л.И. Божович под внутренней позицией школьника понимается возникновение нового отношения ребенка к окружающей действительности, возникающее при тесном переплетении познавательной потребности и потребности в общении со взрослыми [1].

Цель нашего тренинга – развитие внутренней позиции у учащихся 1-2 классов.

Тренинг построен в соответствии с теоретической моделью О.А. Щербининой, которая выделяет 4 компонента: когнитивный, мировоззренческий, мотивационно-поведенческий, эмоционально-оценочный [2].

Программа тренинга состоит из четырех блоков.

Первый блок включает в себя знакомство, создание микроклимата в группе, направлен на когнитивный компонент, на отношения в системе «ребенок-взрослый», установление правил и дисциплины в группе. Комплекс упражнений, входящий в данный блок, позволит создать благоприятную рабочую атмосферу, познакомиться со всеми членами группы и с тренерами, продиагностировать текущую ситуацию в группе и взаимоотношения между учениками.

Второй блок направлен на мировоззренческий компонент, изучение отношений и эмоциональных реакций на возникающие трудности, высказывание собственной позиции в ситуациях, отношение к помощи со стороны взрослых.

Третий блок направлен на мотивационно-поведенческий компонент, включающий в себя проявление ответственности, самостоятельности, произвольности поведения.

Четвертый блок – эмоционально-оценочный, направлен на осознание своих переживаний, эмоций.

Данная программа была частично апробирована на группе семилетних детей в количестве 8 человек. Акцент ставился преимущественно на развитии произвольного поведения и внимания, так как первичная диагностика показала, что именно по этим параметрам есть показатели ниже нормы.

Результаты второй диагностики показали небольшие положительные изменения по данным показателям. Дети стали более спокойны, начали стараться контролировать свое поведение и деятельность, пытались достигать поставленных целей со стороны взрослых, получили представление об эмоциях и пытались их почувствовать у себя, распознать, пытались излагать свои мысли и рассуждать, приходиться к компромиссу.

В ходе апробирования данного тренинга в РОО клубе ЮНЕСКО «Сфера» был получен положительный результат, который также подтверждается обратной связью детей и сотрудников клуба. Исходя из этого, можно сделать вывод, что тренинг оказывает положительное воздействие, разработан в соответствии с методической литературой и готов к использованию.

Список литературы:

1. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. - Москва: Просвещение. 1968. 464 с.
2. Зубова, Л.В. Психологические особенности внутренней позиции младших школьников с различной направленностью личности: монография / Л.В. Зубова, О.А. Щербинина. – Оренбург: ГУ РЦРО. 2007. 175 с.