

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АЛТАЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ В.М. ШУКШИНА»



Институт педагогики и психологии
Кафедра психолого-педагогического, дошкольного и начального образования

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПРОСТРАНСТВЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Сборник статей участников Всероссийской научно-практической конференции
педагогов и психологов, социальных педагогов системы образования,
молодых ученых, студентов и учащихся
(Бийск, 12 апреля 2019 г.)



Бийск – 2019

Об издании

Издается по решению кафедры психолого-педагогического, дошкольного и начального образования АГГПУ имени В.М. Шукшина

ББК 88 + 74.00

УДК: 159.9 (063) +37.0 (063)

Редакционная коллегия:

кандидат педагогических наук, доцент М.Б. Исаева (отв. ред.);

кандидат педагогических наук, доцент М.В. Папина (отв. ред.);

старший преподаватель Н.Г. Верещагина;

кандидат педагогических наук, доцент Л.Н. Кузнецова;

кандидат педагогических наук, доцент Г.С. Петрищева;

кандидат педагогических наук, доцент И.Н. Чичканова.

П 86 Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся в пространстве образования [Электронный ресурс]: сборник статей участников Всероссийской научно-практической конференции педагогов и психологов, социальных педагогов системы образования, молодых ученых, студентов и учащихся (Бийск, 12 апреля 2019 г.) / Отв. ред. М.Б. Исаева, М.В. Папина. – Бийск: АГГПУ им. В.М. Шукшина, 2019. – 1 электрон. опт. диск (CD-R). ISBN 978-5-85127-937-9

В издании опубликованы статьи участников Всероссийской научно-практической конференции педагогов и психологов, социальных педагогов системы образования, молодых ученых, студентов и учащихся, посвященной актуальным психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в пространстве образования, проходившей в г. Бийске, Алтайском государственном гуманитарно-педагогическом университете имени В.М. Шукшина 12 апреля 2019 г.

Текстовое электронное издание.

Минимальные системные требования: ПК 500 и выше; 256 МБ ОЗУ; Windows XP и выше; SVGA с разрешением 1024x768; CD-ROM, мышь; Adobe Acrobat Reader.

ISBN 978-5-85127-937-9

Материалы публикуются в авторской редакции. Ответственность за нарушение авторских прав, а также соблюдение научных и авторских норм в ходе исследований несут авторы публикуемых материалов.

© АГГПУ им. В.М. Шукшина, 2019

© Авторы, 2019

Матиева А.М.

научный руководитель – кандидат педагогических наук, доцент Л.Н Кузнецова
(Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет
имени В.М. Шукшина, Бийск)

Развитие жизнестойкости подростков

Современный этап развития общества характеризуется непрерывными социально-экономическими преобразованиями, высоким темпом жизни, обилием информации, что приводит к увеличению нагрузок на психоэмоциональную сферу личности не только взрослого человека, но и ребёнка. Мощное воздействие стрессовых факторов современной жизни требует от человека развития таких качеств личности, как выносливость, решительность, гибкость, мобильность. Именно эти качества являются главной составляющей такого понятия как «жизнестойкость». В каждом возрастном периоде человека существуют некоторые внутренние ресурсы, которые позволяют оптимально справляться с жизненными трудностями, однако эти ресурсы могут остаться невостребованными, если своевременно не сфокусировать внимание на их выявлении и развитии.

В настоящее время в государственной политике Российской Федерации расставлены приоритетные акценты в направлении здоровьесбережения детей, а также формировании у них жизнестойкого поведения.

Изменения, происходящие в обществе, предъявляют к человеку новые требования. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного человека, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. Чтобы жить, а не просто биологически выживать, человеку необходимо вырабатывать навыки решения проблем, приобрести такое свойство личности, которое позволило бы эффективно справляться с жизненными трудностями, а также самореализовываться в своей повседневной деятельности.

Все это обуславливает интерес к феномену жизнестойкости личности человека — установки человека на преодоление им трудностей жизни, причем без ущерба для своего психологического состояния и даже с возникновением позитивных изменений.

Жизнестойкость как свойство личности развивается в процессе жизни человека и связана как с его индивидуальными особенностями, процессами его самосознания, так и с влиянием внешних факторов среды — социальных взаимодействий, культурных ритуалов и традиций. А школьные годы — время интенсивнейшего становления личности.

В жизни ребенка есть период (примерно до 11–14 лет), когда именно взрослый человек, находящийся рядом, определяет успешность его познавательного и личностного развития. Дети и подростки, жизнь которых тесно связана с таким общественным институтом, как школа, во многом вырабатывают определенные модели устойчивости к этой жизни именно во время уроков и перемен, в процессе общения с учителями и одноклассниками, но могут и не вырабатывать. И тогда мы сталкиваемся с трагедиями, явными или скрытыми до поры до времени.

Представляется важным проанализировать структуру жизнестойкости личности подрастающего человека и рассмотреть возможность развития жизнестойкости в условиях школьного обучения.

Термин *hardiness*, введенный С. Мадди, С. Кобейса, в переводе с английского означает «крепость, выносливость», Д.А. Леонтьев предложил обозначать как «жизнестойкость».

Жизнестойкость характеризуется тремя основными компонентами: вовлечённость, контроль и принятие риска.

В каждом возрастном периоде человека существуют некоторые внутренние ресурсы, которые позволяют оптимально справляться с жизненными трудностями, однако

эти ресурсы могут остаться невостребованными, если своевременно не сфокусировать внимание на их выявлении и развитии.

Развитие жизнестойкости в детском возрасте характеризуется значимостью взрослого. В подростковом же возрасте наиболее характерным является стремление к эмоциональному решению трудностей.

В психолого-педагогической литературе выявлены смысловые составляющие понятия жизнестойкости.

Главными составляющими понятия жизнестойкости считаются сильный характер, целеустремленность, оптимизм. Чтобы быть жизнестойким необходимо иметь цель (или цели) в жизни, воспринимать сам процесс жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом, ощущать насколько продуктивна и осмысленна жизнь, иметь представление о себе как сильной личности, иметь убеждение в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

Жизнестойкость в своих проявлениях опирается на самоотношение: самооценку, отраженное самоотношение, внутреннюю неконфликтность и отсутствие самообвинений. Связи жизнестойкости с самоотношением наблюдаются на протяжении всего подросткового возраста, на различных уровнях значимости.

К содержанию и средствам, способствующим формированию компонентов жизнестойкости подростков, следует отнести:

1. Включение подростка в различные виды деятельности.
2. Самовоспитание подростком волевых качеств.
3. Составление совместно с подростком жизненных планов, обсуждение способов их реализации.
4. Развитие осознания подростком своих смысловых ориентаций и рефлексивного отношения к ним.
5. Развитие у подростков умения ориентироваться в среде проживания, в правовых нормах.

Жизнестойкость – это, прежде всего установка на то, что его активность и вовлеченность имеет значение в развитии жизненной ситуации, что он способен контролировать эту ситуацию и в любом случае получать опыт жизни и использовать его в дальнейшем.

Вовлеченность определяется как убежденность человека в том, что его включенность в деятельность дает максимальный шанс для поиска чего-то важного для его личности и для его жизни.

Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности, в процессе которой он чувствует свою значимость, ценность. Контроль представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь. Противоположность этому – ощущение собственной беспомощности. 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.

Человек, рассматривающий жизнь как способ приобретения опыта, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха, на свой страх и риск, считая стремление к простому комфорту и безопасности, обедняющим жизнь личности.

Кроме этого свойство жизнестойкости включает в себя такие базовые ценности, как кооперация, доверие и креативность. Люди, имеющие высокие показатели жизнестойкости, имеют большее ощущение компетентности, более высокую самооценку, более развитые стратегии совладания с трудными ситуациями и вообще испытывают меньше стрессов в повседневной жизни.

Как развиваем жизнестойкость подростка.

1. Создаем условия: «спокойной радости» для возможности оптимального развития всех психологических функций растущего человека; сложной, творческой среды и заинтересованной деятельности для активизации потенциальных возможностей ребенка; ритмичности жизни, для того чтобы чувствовать устойчивость мира, цикличность жизни; для занятия различными видами искусств, включения в культурное пространство для создания смысловых образований и способов саморегуляции и самовыражения.

2. Строим оптимальные отношения с учащимся, учитывая, что: надежные отношения – залог развития чувства безопасности и оптимального самоотношения; учитель – пример для подражания; поддержание состояния радости жизни в процессе общения.

3. Способствуем развитию личностных образований, таких как: адекватная, гибкая самооценка; позитивный жизненный сценарий; самоэффективность.

4. В процессе развития интеллектуальной сферы учащегося ставим задачи: научить ребенка мыслить позитивно, реалистично; научить импровизировать; актуализировать поисковую активность; использовать юмор.

5. Актуализируем развитие жизненных навыков: саморегуляции; коммуникативных; учебной деятельности.

6. Способствуем образованию ценностно-смысловых опор: оказываем помощь в развитии умения находить смысл в различных сторонах жизни; помогаем в выработке системы значимых отношений; обучаем принятию ответственности за собственную жизнь.

Таким образом, проблема формирования жизнестойкости у подростков все больше рассматривается в связи с увеличением большого количества стрессовых ситуаций, которые они испытывают под влиянием многочисленных факторов, а значит и вопрос по развитию компонентов жизнестойкости приобретает особую значимость.

Среди множества развивающих форм работы следует обращать внимание лишь на те, которые действительно являются эффективными в решении обозначенной проблемы. Иначе говоря, необходимо создавать специальные условия с учетом деятельности человека, которые будут способствовать развитию компонентов жизнестойкости.

Литература

1. Абрамова, Г. С. Возрастная психология [Текст]: учеб, пособие для студ. вузов. / Г.С. Абрамова. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 672 с.
2. Аверин, В. А. Психология детей и подростков [Текст]: учеб. пособие / В. А. Аверин. - 2-е изд., перераб. – СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2015. - 379 с.
3. Зыкова, М. Н. Психолого-педагогическое содействие развитию личности подростка [Текст]: учебн.-метод, пособие для учителей, родителей и школьных психологов / М. Н. Зыкова. – М.: Изд-во Моек, психолого-социального ин-та; Воронеж: Издательство НПО «МОДЕК», 2018. – 72 с.
4. Наливайко, Т. В. Исследование жизнестойкости и ее связей со свойствами личности [Текст]: дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Т.В. Наливайко. – Челябинск, 2016. – 175 с.