



Государственное автономное учреждение Иркутской области
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ»

664022, г. Иркутск, ул. Пискунова-42; тел.70-00-37, т/факс 70-09-40

E-mail: ogoucpmss@mail.ru

www.cpmss-irk.ru

28.01.2025 г.

№ 32

АНАЛИТИЧЕСКАЯ СПРАВКА

**ПО РЕЗУЛЬТАТАМ МОНИТОРИНГА
«АКТУАЛЬНОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8, 9, 10, 11
КЛАССОВ МУНИЦИПАЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ»**

Государственным автономным учреждением Иркутской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (далее - ГАУ ЦППМиСП) в рамках распоряжения заместителя председателя Правительства Иркутской области Вобликовой В.Ф. от 22 мая 2024 г. №111-рзп «О внесении изменений в Межведомственный план мероприятий по профилактике суицидов и суицидального поведения несовершеннолетних в Иркутской области на 2022-2025 годы» в период с 19.11.2024 г. по 10.12.2024 г. был проведен мониторинг с целью изучения актуального эмоционального состояния обучающихся 8-11 классов образовательных организаций Иркутской области (далее-Мониторинг).

ГАУ ЦППМиСП для проведения Мониторинга «Актуальное эмоциональное состояние обучающихся 8, 9, 10, 11 классов муниципальных образовательных организаций Иркутской области» были предложены следующие методики: тест-опросник «Предварительная оценка состояния психического здоровья» с целью первичной оценки состояния психического здоровья обучающихся 8, 9, 10, 11 классов; методика «САН» (диагностика самочувствия, активности и настроения).

При проведении Мониторинга использовались методики, которые позволяют охватить одновременно большое количество обучающихся и провести групповое тестирование.

В мониторинге приняли участие образовательные организации из 41 муниципального образования Иркутской области. Не участвовали в проведении Мониторинга образовательные организации МКУ «Комитет по социальной политике и культуре Слюдянского муниципального района».

С целью первичной оценки состояния психического здоровья обучающихся 8, 9, 10, 11 классов муниципальных образовательных организаций был проведен тест-опросник «Предварительная оценка состояния психического здоровья», в котором приняло участие **81913 человек**, что составило **91,21%** от общего числа обучающихся 8, 9, 10, 11 классов.

Полученные результаты приведены в таблице 1 «Предварительная оценка состояния психического здоровья»

Табл.1. «Предварительная оценка состояния психического здоровья»

Классы	Количество классов	Количество обучающихся (всего)	Количество участников	Процент участников от общего количества
8 классы	1531	31183	28588	91%
9 классы	1595	32262	29408	91 %
10 классы	829	14402	13035	90 %
11 классы	781	11954	10882	91 %
Итого:	4736	89801	81913	91,21 %

Данный анализ показал, что

- **позитивное** состояние психического здоровья наблюдается у **71626** обучающихся, что составляет **87%** от общего количества обучающихся, принявших участие в проведении тест-опросника:

8 классы – 24905 человек (86 % от общего количества обучающихся 8 классов, принявших участие в проведении тест-опросника);

9 классы – 25399 человек (86 % от общего количества обучающихся 9 классов, принявших участие в проведении тест-опросника);

10 классы – 11670 человек (89 % от общего количества обучающихся 10 классов, принявших участие в проведении тест-опросника);

11 классы – 9652 человек (88 % от общего количества обучающихся 11 классов, принявших участие в проведении тест-опросника);

- **негативное** состояние психического здоровья («группа риска») наблюдается у **10287** обучающихся, что составляет **12 %** от общего числа обучающихся, принявших участие в тест-опроснике:

8 классы – 3683 человек (12 % от общего количества обучающихся 8 классов, принявших участие в проведении тест-опросника),

9 классы – 4009 человек (13 % от общего количества обучающихся 9 классов, принявших участие в проведении тест-опросника),

10 классы – 1365 человек (10 % от общего количества обучающихся 10 классов, принявших участие в проведении тест-опросника),

11 классы – 1230 человек (11 % от общего количества обучающихся 11 классов, принявших участие в проведении тест-опросника);

Анализ результата «Предварительная оценка состояния психического здоровья» обучающихся 8,9,10,11 классов муниципальных образовательных организаций Иркутской области представлен на рис.1.

Исходя из выше приведенных данных, следует, что у 87 % обучающихся, принявших участие в выполнении тест-опросника «Предварительная оценка состояния психического здоровья», наблюдается позитивное состояние психического здоровья, что является показателем физического, душевного и социального благополучия несовершеннолетних, и, соответственно, их устойчивости к внешним негативным факторам, возможности реализовывать свои способности, противостоять обычным жизненным стрессам, эффективно осваивать обучающие программы.

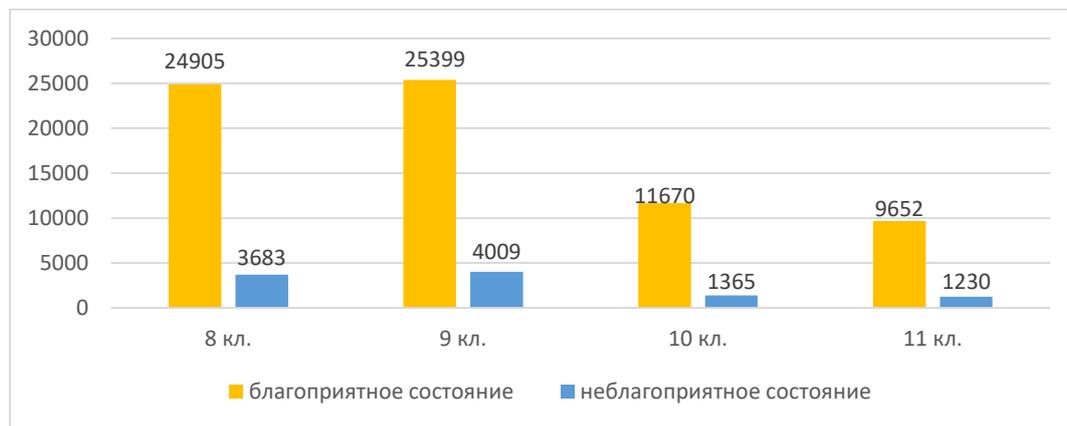


Рис.1. Результаты методики «Предварительная оценка состояния психического здоровья» обучающихся 8,9,10,11 классов муниципальных образовательных организаций Иркутской области (количество чел-к).

На рисунке 1 видно, что по опроснику «Предварительная оценка состояния психического здоровья» у подростков 8,9 классов и 10,11 классов получены практически одинаковые количественные данные по позиции «Позитивное состояние психического здоровья» - 86%, и 89-88% соответственно. Несовершеннолетние испытывают обычное, хорошее настроение, душевное и социальное благополучие. У большинства обучающихся наблюдается адекватность оценки ситуации, умение противостоять обычным жизненным стрессам.

Наиболее **благоприятное** состояние психического здоровья (от 90% и выше) характерно для обучающихся в следующих муниципальных образованиях:

8 классы

Табл.1. Благоприятное состояние психического здоровья обучающихся

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Балаганский район	78	100
Катангский район	29	100
Баяндаевский район	122	99,1
Осинский район	347	98,9
город Черемхово	702	98,7
Ольхонский район	120	97,5
Эхирит-Булагатский район	502	95,4
Аларский район	246	94,7
Казачинско-Ленский район	244	94,3
Усольский район	486	94,0
Нукутский район	213	93,9
г. Усть-Илимск	876	93,4
Черемховский район	376	93,1
Нижнеудинский район	741	92,9
Мамско-Чуйский район	41	92,7
город Зима	437	92,4
Боханский район	329	92,4
Зиминский район	156	92,3
г. Усолье-Сибирское	927	92,2
Киренский район	232	91,8

Заларинский район	322	91,0
Нижнеилимский район	530	89,8
город Тулун	552	89,5

9 классы

Табл.2. Благоприятное состояние психического здоровья обучающихся

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Балаганский район	76	100
Катангский район	40	100
Баяндаевский район	170	99,4
Ольхонский район	121	99,2
Казачинско-Ленский район	260	98,9
город Черемхово	746	98,4
Осинский район	351	98,0
Усольский район	523	97,4
Эхирит-Булагатский район	500	96,2
Нукутский район	230	94,3
Аларского района	254	94,1
Нижнеудинский район	701	93,8
Тулунский район	287	93,8
г. Усть-Илимск	756	93,1
Черемховский район	342	92,7
Заларинский район"	358	92,3
Зиминский район	147	91,9
Нижнеилимский район	519	91,5
Чунский район	309	91,2
Усть-Илимский район	118	90,8
Усть-Удинский район	136	90,7
г. Усолье-Сибирское	1012	90,4
город Зима	372	90,3
город Свирск	165	90,2

10 классы

Табл.3. Благоприятное состояние психического здоровья обучающихся

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Мамско-Чуйский район	15	100
Балаганского района	35	100
Катангский район	18	100
Тулунский район	83	98,8
Баяндаевский район	84	98,8
Осинский район	194	99,5
город Черемхово	237	98,3
Зиминский район	49	98
Ольхонский район	78	97,5
г.Бодайбо и район	52	96,3
Усольский район	184	95,3

Казачинско-Ленский район	113	95,0
Черемховский район	131	94,9
Нижнеудинский район"	343	94,8
Куйтунский район	163	94,8
Эхирит-Булагатский район	322	94,7
Заларинский район	105	94,6
г. Усть-Илимск	381	94,3
Киренский район	97	94,2
Аларский район	79	94,0
Качугский район	93	93,9
Чунский район	138	93,9
Нижнеилимский район	198	93,8
Усть-Илимский района	66	93,0
Шелеховский район	322	92,8
Тайшетский район	379	92,7
Усть-Удинский район	49	92,5
город Саянск	224	91,4
город Зима	176	91,2
Нукутский район	111	91,0
Братский район	190	90,9
Усть-Кутский район	250	90,9
Боханский район	131	90,3
город Ангарск	977	90,0

11 классы

Табл.4. Благоприятное состояние психического здоровья обучающихся

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Мамско-Чуйский район	8	100
Ольхонский район	59	100
Балаганский района	30	100
Катангский район	9	100
Осинский район	173	100
Баяндаевский район	88	98,9
Тулунский район	50	98,0
г.Черемхово	230	97,5
Эхирит-Булагатский район	231	97,1
Зиминский район	31	96,9
Усть-Илимский район	47	95,9
Жигаловский район	46	95,8
Аларский район	66	95,7
г. Бодайбо и район	43	95,6
г. Усть-Илимск	355	95,4
Казачинско-Ленский район	100	95,2
Усть-Удинский район	56	94,9
Куйтунский район	95	94,1
Нижнеилимский район	149	93,7
Заларинский район	89	93,7

Нижнеудинский район	270	93,6
город Зима	135	93,1
г. Усолъе-Сибирское	322	92,5
Усть-Кутский	223	91,4
Шелеховский район	298	91,4
Чунский район	129	90,8
город Свирск	39	90,7
Братский район	155	90,1
Тайшетский район	336	90,1
Усольский район	117	90
город Ангарск	899	89,9

По данным мониторинга, представленным муниципальными образованиями, можно сделать вывод: высокий уровень благоприятного состояния психического здоровья от 90% и более показали обучающиеся **10-х классов** образовательных организаций 34-х муниципальных образований Иркутской области (табл.3). В школах пяти муниципальных образований Балаганского, Катангского, Мамско-Чуйского, Ольховского, Осинского районов уровень благоприятного состояния психического здоровья обучающихся составил 100%.

Высокий уровень благоприятного состояния психического здоровья от 90% и выше показали обучающиеся 11-х классов образовательных организаций 31-го муниципального образования (табл.4). 100% уровень благоприятного состояния психического здоровья показали обучающиеся Балаганского, Катангского и Мамско-Чуйского районов.

Также в 23-х муниципальных образованиях уровень благоприятного состояния психического здоровья обучающихся 8-9 классов составил 90% и более. Обучающиеся Балаганского, Катангского, Баяндаевского, Осинского районов и города Черемхово показали 99-100% уровень благоприятного состояния психического здоровья (табл.1,2).

Во всех параллелях 8-11 классов **100%** уровень благоприятного состояния психического здоровья показали обучающиеся Балаганского и Катангского районов.

Высокий уровень от 95 до 100 % благоприятного состояния психического здоровья во всех параллелях 8-11 классов показали обучающиеся Баяндаевского, Ольхонского, Эхирит-Булагатского, Осинского, Казачинско-Ленского районов, города Черемхово.

Анализ количественных данных опросника «Предварительная оценка состояния психического здоровья» показал, что у большинства обучающихся (у тех, кто набрал по Опроснику меньше 10 баллов) наблюдается состояние психологического и социального благополучия, они эффективно противостоят жизненным трудностям и стрессам, продуктивно учатся.

Однако, у **12%** обучающихся, принявших участие в выполнении тест-опросника, наблюдается негативное состояние психического здоровья («группа риска» по проявлению суицидального поведения), что может привести в дальнейшем к социально-негативным последствиям в поведении обучающихся данной категории.

Негативное состояние психического здоровья может отрицательно сказываться на повседневной жизни подростков и проявляться в виде плохого настроения, грусти, тревоги, волнения, усталости, низкой самооценки, фрустрации, гнева, неумении противостоять обычным жизненным стрессам, невозможности эффективно осваивать обучающие программы и т.п.

Из результатов анализа полученных данных **негативное** состояние психического здоровья наиболее выражено у обучающихся образовательных организаций следующих муниципальных образований:

8 класс

Табл.5. *Негативное состояние психического здоровья обучающихся*

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
г. Бодайбо и район	40	22,2
Иркутский район	399	20,7
г. Иркутск	1324	17,2
г. Братск	410	16,7
Качугский район	33	15,5
город Свирск	27	15,1
Братский район	65	13,4
Жигаловский район	18	13,0
город Ангарск	308	12,8
город Саянск	63	12,6
Шелеховский район	116	12,3
Усть-Кутский район	77	12,3
Куйтунский район	49	12,2
Усть-Удинский район	18	12,1
Тулунский район	27	12

9 класс

Табл.6. *Негативное состояние психического здоровья обучающихся*

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Мамско-Чуйский район	11	21,2
Качугский район	43	20,2
г. Иркутск	1513	19,4
Иркутского района	369	18,8
город Ангарск	444	17,5
г. Братск	412	16,9
г. Бодайбо и район	32	15,2
Боханский район	45	15
Куйтунский район	61	14,4
Киренский район	31	13,7
Братский район	73	13,5
Шелеховский район	117	12,6
город Тулун	67	12,5
Тайшетский район	112	12,3

10 класс

Табл.7. *Негативное состояние психического здоровья обучающихся*

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Иркутский район	128	18,7
Жигаловский район	8	15,1
г. Иркутск	578	14,6
город Свирск	11	14,3
г. Братск	137	12,8
город Тулун	29	11,8

11 класс

Табл.8. *Негативное состояние психического здоровья обучающихся*

Муниципальное образование	Кол-во обучающихся	%
Черемховский район	18	20
город Тулун	38	19,5
Иркутский район	97	18,0
Нукутский район	11	16,1
г. Иркутск	514	15,3
г. Братск	136	14,7
Качугский район	10	13,9
Киренский район	12	12,9
Боханский район	13	11,8

Анализ результатов мониторинга, представленного образовательными организациями муниципальных образований Иркутской области, позволяет сделать вывод, что в 15 муниципальных образованиях повышен уровень негативного состояния обучающихся и составляет от 12 до 22% от числа анкетированных обучающихся.

Стоит отметить образовательные организации г. Бодайбо и Иркутского района, где уровень негативного состояния у обучающихся в 8-х классах составляет 22-20,7% (табл.5), Мамско-Чуйского, Качугского, Иркутского районов и г. Иркутска, где уровень негативного состояния у обучающихся в 9-х классах составляет 21-18,8% (табл.6), Иркутского района, где уровень негативного состояния у обучающихся в 10-х классах также составляет 18,7% (табл.7). Повышенный уровень негативного состояния в 11-х классах показали обучающиеся Черемховского, Иркутского районов и г. Тулуна 20-18% (табл.8).

Из результатов анализа полученных данных обращают на себя внимание Иркутский район, города Иркутск и Братск, где **негативное** состояние психического здоровья наиболее выражено у обучающихся всех параллелей 8-11 классов.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА 2023 и 2024 гг.

В таблице 9 представлены сводные данные результатов мониторинга 2023 и 2024 годов. В таблицу не вошли данные 8-х классов, так как в 2023 году мониторинг проводился в 9-11 классах.

Табл.9. *Сравнительный анализ результатов мониторинга 2023 и 2024 годов*

класс, год проведения мониторинга	кол-во обучающихся, всего (чел.)	кол-во анкетированных (чел.)	в %	позитивное состояние (чел.)	в %	негативное состояние (чел.)	в %
9 класс, 2023 г.	31519	27665	88	23399	85	4207	15
9 класс, 2024 г.	32262	29408	91	25399	86	4009	13
10 класс, 2023 г.	13653	11929	87	10107	85	1800	15

10 класс, 2024 г.	14402	13035	90	11670	89	1365	10
11 класс, 2023 г.	11084	9768	88	8497	86	1410	14
11 класс, 2024 г.	11954	10882	91	9652	88	1230	11

Сравнительный анализ результатов мониторинга 2023 и 2024 годов позволяет сделать вывод о том, что число анкетированных обучающихся увеличилось на 3%. В 2024 году приняло участие в опросе **53325 человек**, что составило **91%** от общего числа обучающихся 9,10,11 классов, в 2023 году приняло участие **49575 человек**, что составило **88 %** от общего числа обучающихся 9,10,11 классов (рис.2).

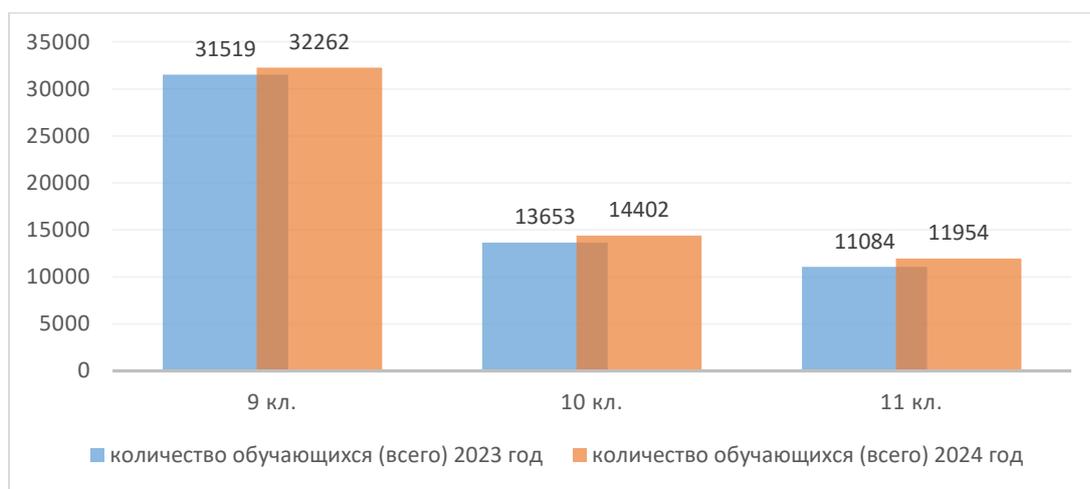


Рис.2. Количественный анализ участников мониторинга

При сравнении показателей благополучного состояния психического здоровья обучающихся 9, 10, 11 классов муниципальных образовательных организаций, принявших участие в тест-опроснике «Предварительная оценка состояния психического здоровья» в 2023 и 2024 годах, наблюдается положительная динамика, которая в среднем составила 3% (рис.3).

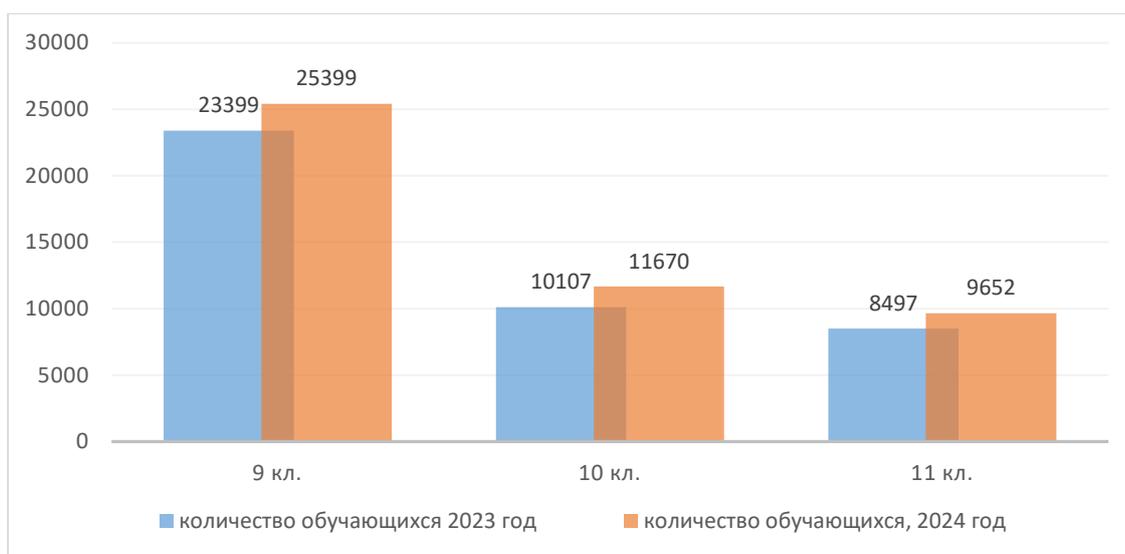


Рис.3. Сравнительный анализ состояния психического здоровья обучающихся

Показатели **негативного** состояния психического здоровья обучающихся снизились от 2 до 5%, по параллелям, т.е. наблюдается сокращение числа обучающихся, имеющих негативное состояние психического здоровья (рис.4).

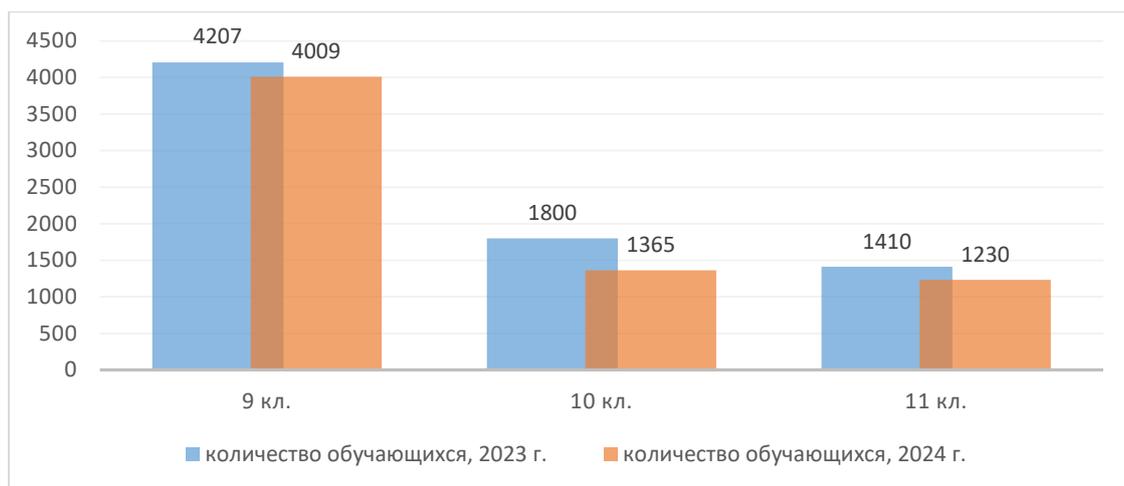


Рис.4. Сравнительный анализ негативного состояния психического здоровья обучающихся 2023 и 2024 гг.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ МОНИТОРИНГА 2023 и 2024 гг. по параллелям 9-10 класс и 10-11 класс

Проведенный мониторинг эмоционального состояния обучающихся 9, 10 классов в 2023 году позволяет сделать сравнительный анализ результатов, полученных в этих же, но уже 10, 11-х классах в 2024 году (таблица 10).

Таблица 10.

	9 класс, 2023 г.	10 класс, 2024 г.	10 класс, 2023 г.	11 класс 2024 г.
кол-во обучающихся, всего (чел.)	31519	14402	13653	11954
кол-во анкетированных (чел.)	27665	13035	11929	10882
в %	88	90	87	91
позитивное состояние (чел.)	23399	11670	10107	9652
в %	85	89,5	85	88
негативное состояние (чел.)	4207	1365	1800	1230
в %	15	10,5	15	12

Анализ результатов Тест - опросника (рис.5) среди обучающихся 9 классов 2023 года, 10 классов 2024 года и 10 классов 2023 года и 11 классов 2024 года показал, что у большинства обучающихся данных классов наблюдается повышение уровня позитивного состояния психического здоровья, эмоциональной стабильности, физического, душевного и социального благополучия при котором человек реализует свои возможности, эффективно противостоит жизненным трудностям и стрессу, осуществляет продуктивную осознанную деятельность. Повышение уровня позитивного состояния психического здоровья в этих параллелях является *показателем эффективности реализованных коррекционных мероприятий в муниципальных образовательных организациях за прошедший период.*

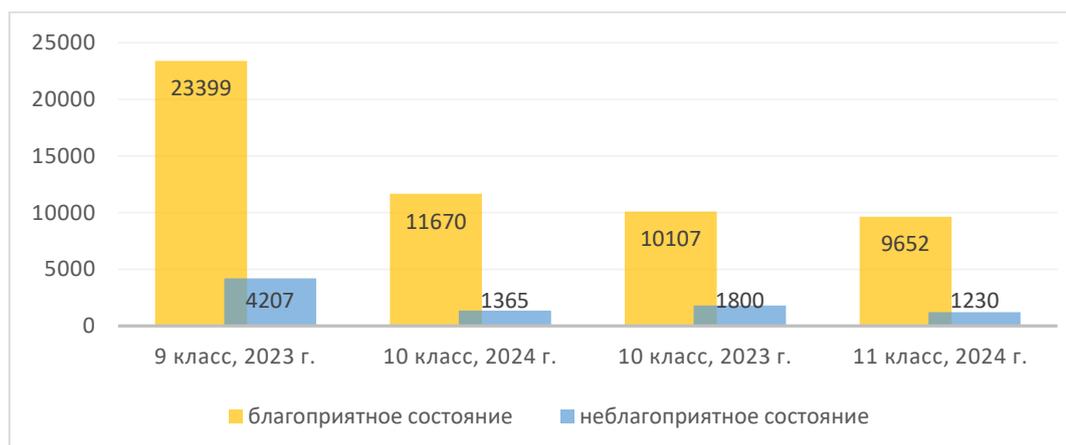


Рис. 5. Сравнительные результаты методики «Предварительная оценка состояния психического здоровья» в рамках Мониторинга, в %

Уровень стабильности благоприятного состояния психического здоровья обучающихся мы рассмотрим за три года на примере обучающихся 8-го-9-го-10-го-класса 2022-2024 гг. обучения. В 2023 году в образовательных организациях 21 муниципального образования Иркутской области в 9 классах (табл.11) наблюдалось повышение уровня благоприятного состояния психического здоровья обучающихся по сравнению с этим же периодом 2022 года, когда обучающиеся учились в 8 классе. В 2024 году, когда обучающиеся перешли в 10 класс, стабильность благоприятного состояния психического здоровья обучающихся сохранилась. В 4-х муниципальных образовательных организациях Иркутской области несмотря на высокий процент благоприятного эмоционального состояния, наблюдается отрицательная динамика - понижение уровня благоприятного состояния психического здоровья обучающихся: Эхирит-Булагатский, Казачинско-Ленский, Боханский районы и город Усолье-Сибирское.

В 6-ти муниципальных образованиях максимально высокие показатели стабильного уровня благоприятного состояния психического здоровья обучающихся. (95-100%): Балаганский, Катангский, Эхирит-Булагатский, Казачинско-Ленский, Зиминский, Осинский, Ольхонский, Мамско-Чуйский и Тулунский районы, город Черемхово (табл.11).

Таблица 11. Уровень благоприятного состояния психического здоровья обучающихся

№	Муниципальные образования	8 классы 2022 год %	9 классы 2023 год %	10 классы 2024 год %
1	Балаганский район	82	100	100
2	Катангский район	96	100	100
3	Эхирит-Булагатский район	98	99	94,7
4	Казачинско-Ленский район	90	97	95,0
5	Зиминский район	67	95	98
6	Осинский район	90	95	99,5
7	Ольхонского район	87	94	97,5
8	Аларский район	99	93	94,0
9	Нижнеилимский район	69	93	93,8
10	город Усолье-Сибирское	82	93	89,6
11	город Черемхово	68	93	98,3
12	Боханский район	63	92	90,3
13	Киренский район	83	92	94,2

14	город Усть-Илимск	74	92	93,0
15	Куйтунский район	73	90	94,8
16	Нижнеудинский район	81	90	94,8
17	Усть-Кутский район	84	90	90,9
18	Тайшетский район	87	89	92,7
19	Усольский район	80	89	95,3
20	Ангарское МО	67	87	90,0
21	Тулунский район	87	86	98,8
22	Чунский район	93	86	93,9
23	город Свирск	79	85	85,7
24	Качугский район	98	78	93,9
25	Мамско-Чуйский район	94	78	100

 рост числа обучающихся с негативным состоянием психического здоровья

По результатам сравнения показателей эмоционального состояния обучающихся 8 классов 2022 года, 9 классов 2023 года, 10 классов 2024 года у которых наблюдается **негативное** состояние психического здоровья, следует, что только в образовательных организациях Боханского района, в наблюдается незначительный рост числа обучающихся с негативным состоянием психического здоровья (табл.12).

В муниципальных образованиях Усть-Илимского, Черемховского, Братского, Баяндаевского, Заларинского, Качугского, Мамско-Чуйского, районов, города Бодайбо и района, г. Зима наблюдается существенное снижение количества обучающихся с негативным состоянием психического здоровья и рост их эмоционального благополучия. (табл.12).

Таблица 12.

№	Муниципальные образования	8 классы 2022 год (%)	9 классы 2023 год (%)	10 классы 2023 год (%)
1	Усть-Илимский район	23	36	7
2	Черемховский район	24	32	5
3	Братский район	33	31	9
4	город Зима	19	26	8,8
5	Баяндаевский район	44	24	1,1
6	Заларинский район	29	22	5,4
7	Иркутский район	32	22	18,7
8	Мамско-Чуйский район	7	22	0
9	Качугский район	1	22	6
10	город Бодайбо и район	29	21	3,7
11	город Саянск	53	21	8,6
12	Нукутский район	16	20	9
13	город Иркутск	25	19	14,6
14	Жигаловский район	19	18	15,1
15	город Тулун	45	17	11,8
16	Шелеховский район	16	17	7,2
17	город Братск	23	16	12,8
18	город Свирск	53	15	14,3
19	Тулунский район	13	14	1,2
20	Чунский район	6	14	6,1
21	город Ангарск	26	12	10
22	Тайшетский район	11	11	7,3
23	Усольский район	20	11	4,7

225	Боханский район	37	7	9,7
26	Зиминский район	33	5	2

- - снижение количества обучающихся с негативным состоянием психического здоровья
■ - рост числа обучающихся с негативным состоянием психического здоровья

Из анализа результатов, представленных выше, наглядно видно, что в большинстве образовательных организаций наблюдается стабильность, а также повышение уровня позитивного состояния психического здоровья, эмоционального, физического, душевного и социального благополучия обучающихся.

Психоэмоциональное состояние играет очень важную роль в жизни человека, оказывая влияние на все сферы деятельности. А если речь идёт о подростке, то эти показатели считаются основными для полноценного интеллектуального и физического развития. Вот почему так важно вовремя диагностировать и устранить в случае необходимости любые нарушения, связанные с областью эмоций и чувств.

Одним из эффективных способов определения самочувствия, настроения и общей активности является методика **САН**, которая и была применена в рамках мониторинга «Актуальное эмоциональное состояние обучающихся 8, 9, 10, 11 классов муниципальных образовательных организаций Иркутской области»

В данном обследовании приняло участие 81913 обучающихся муниципальных образовательных организаций Иркутской области, что составило 91,2 % от общего количества обучающихся 8, 9, 10, 11 классов 41 муниципального образования Иркутской области рис.6.

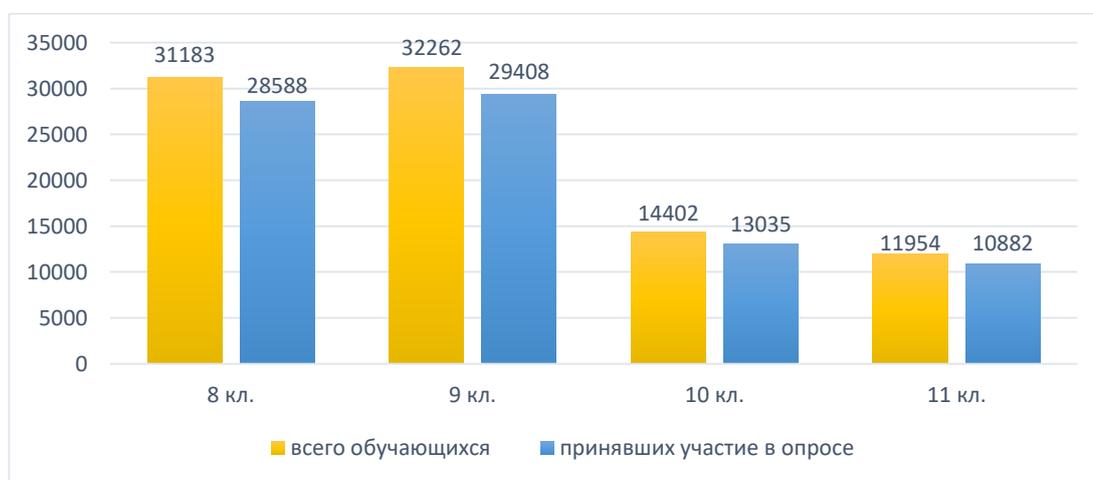


Рис.6. Количество обучающихся 8,9,10,11 классов, принявших участие в методике «САН» (чел.).

Следует отметить, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение. У отдохнувшего человека оценки активности, настроения и самочувствия обычно примерно равны. По мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения самочувствия и активности по сравнению с настроением.

Результаты диагностики показали следующие характеристики обучающихся на момент проведения тестирования. На диаграммах можно проследить показатели самочувствия, активности, настроения на момент проведения опроса в процентах в 8 классах (рис.7), 9 классах (рис.8), 10 классах (рис.9), 11 классах (рис.10).



Рис.7. Соотношение показателей по методике «САН» в %.

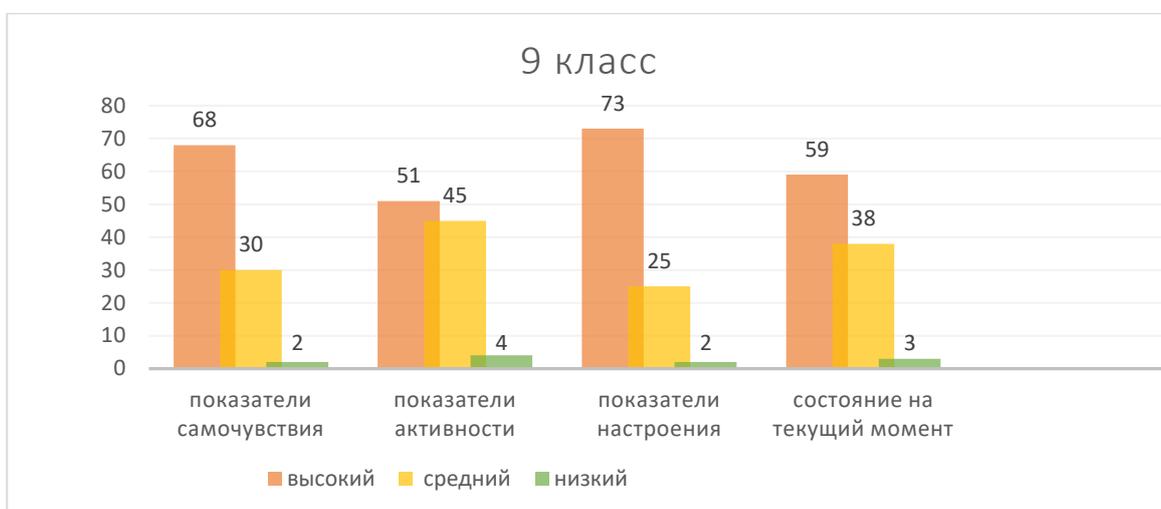


Рис.7. Соотношение показателей по методике «САН» в %.



Рис.8. Соотношение показателей по методике «САН» в %.



Рис.9. Соотношение показателей по методике «САН» в %.

Самочувствие – степень физиологической и психологической комфортности состояния человека. Анализируя полученные данные по состоянию на текущий момент времени (по общей сумме баллов), можно сделать вывод, что 98% обучающихся 8,9,10,11 классов имеют высокий и средний уровень самочувствия.

Активность – интенсивность взаимодействия человека с физической и социальной средой. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным или стремительным.

Из результатов анализа полученных данных следует, что степень активности (высокий +средний показатель) у обучающихся на момент проведения опроса также высокая и составила в 8, 9 и 11 классах - 96%, в 10 классах - 97 % от общего числа анкетированных.

Настроение – эмоциональный фон (приподнятое, подавленное), который проявляется в особенностях эмоционального отклика человека на воздействия любого характера. Результаты анализа полученных данных также свидетельствуют о благоприятном состоянии психического здоровья обучающихся 8-11 классов. Результат высокого и среднего показателей настроения составил 98-97% опрошенных.

Низкий показатель эмоционального благополучия среди несовершеннолетних 8-11 классов по всем критериям составил 2-4 % обучающихся.

По результатам методики «САН» (по общей сумме баллов), у обучающихся 8, 9,10,11 классов получены практически одинаковые количественные данные: высокий показатель эмоционального благополучия у **68-75%**, средний у 23-45%, низкий у **2-4%** обучающихся, участвовавших в опросе.

Соответственно, **высокий показатель эмоционального благополучия** (нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях) несовершеннолетних, принявших участие в данном обследовании, с применением методики «САН», имеют следующие муниципальные образования Иркутской области (табл.13):

Табл.13. Высокие показатели эмоционального благополучия несовершеннолетних

№ п/п	Муниципальные образования	8 классы		9 классы		10 классы		11 классы	
		Кол-во человек	%						
1.	Аларский район	184	74,8	227	84,1	71	84,5	54	78,3
2.	город Ангарск	1403	58,3	1526	60	680	62,7	590	59,0

3.	Балаганского район	62	79,5	55	72,4	30	85,7	29	96,7
4.	Баяндаевский район	82	67,2	126	73,7	57	67,1	59	66,3
5.	г. Бодайбо и район	121	67,2	116	55,2	42	77,8	29	64,4
6.	Боханский район	231	70,2	241	80,3	102	70,3	82	74,6
7.	г. Братск	1164	47,3	1169	48,1	601	56	475	51,4
8.	Братский район	332	68,6	348	64,4	140	67	113	65,7
9.	Жигаловский район	85	61,6	82	64,6	29	54,7	24	50,0
10.	Заларинский район	215	66,8	272	70,1	71	64	66	69,5
11.	г. Зима	275	62,9	262	63,6	135	70	99	68,3
12.	Зиминский р-н	121	77,6	111	69,4	38	76	21	65,6
13.	г. Иркутск	4205	54,6	4130	52,8	2235	56,5	1889	56,3
14.	Иркутский район	1037	53,9	932	47,6	379	55,3	281	52,2
15.	Казачинско-Ленский район	197	80,7	217	82,5	97	81,5	83	79,1
16.	Катангский район	18	62,1	25	62,5	10	55,6	5	55,6
17.	Качугский район	136	63,9	127	59,6	70	70,7	43	59,7
18.	Киренский район	138	59,5	152	67,3	67	65,5	53	57,0
19.	Куйтунский район	272	67,7	284	66,8	130	75,6	75	74,3
20.	Мамско-Чуйский район	33	80,5	35	67,3	15	100	6	75,0
21.	Нижнеилимский район	310	58,5	320	56,4	139	65,9	102	64,2
22.	Нижнеудинский район	442	59,7	485	64,9	238	65,8	200	69,4
23.	Нукутский район	140	65,7	127	52,1	60	49,2	44	64,7
24.	Ольхонский район	95	79,2	105	86,1	65	81,3	42	71,2
25.	Осинский район	251	72,3	239	66,8	149	76,4	124	71,7
26.	город Саянск	262	52,4	242	49,7	139	56,7	104	52,8
27.	город Свирск	112	62,6	110	60,1	46	59,7	27	62,8
28.	города Тулун	288	52,2	298	55,7	131	53,5	105	53,9
29.	Тайшетский район	608	64,8	597	65,4	292	71,4	238	63,8
30.	Тулунский район	142	63,1	218	71,2	60	71,4	44	86,3
31.	г. Усолье-Сибирское	563	60,7	677	60,5	319	70,9	222	63,8
32.	Усольский район	551	62,9	378	70,4	144	74,6	94	72,3
33.	Усть-Кутский район	344	70,9	367	55,9	191	69,5	161	66,0
34.	г. Усть-Илимск	342	54,5	502	61,8	279	69,1	266	71,5
35.	Усть-Илимский район	82	67,2	82	63,1	50	70,4	35	71,4
36.	Усть-Удинский район	95	63,8	113	75,3	37	69,8	43	72,9
37.	г. Черемхово	561	79,9	620	81,8	214	88,8	182	77,1
38.	Черемховский район	311	82,7	310	84,0	123	89,1	78	86,7
39.	Чунский район	218	58,1	210	62,0	79	53,7	80	56,3
40.	Шелеховский р-н	456	48,3	411	44,2	211	60,8	184	56,4
41.	Эхирит-Булагатский район	371	73,9	381	73,3	265	77,9	186	78,6

Высокий показатель (от 50-ти и выше баллов) эмоционального благополучия по всем параллелям 8-11 классов показали обучающиеся муниципальных образований: Аларского, Балаганского, Боханского, Казачинско-Ленского, Ольхонского, Черемховского, Эхирит-Булагатского районов и города Черемхово. В Зиминском районе обучающиеся 8-10-х классов (69%-77% от числа анкетированных) имеют высокий показатель эмоционального благополучия, но этот показатель несколько снижен у обучающихся в 11 классах (65,6%), такая же картина в Мамско-Чуйском, Осинском, Тулунском и Усть-Удинском районах. Высокий показатель эмоционального благополучия незначительно снижен в 9-х классах образовательных организаций в Мамско-Чунском и Осинском районах – (67,3%, 66,8% соответственно), и в 8-х классах

образовательных организаций Тулунского и Усть-Удинского районов (63,1%, 63,8% соответственно).

Низкий показатель эмоционального благополучия (до 30 и ниже баллов) среди несовершеннолетних 8,9,10,11 классов, принявших участие в данном обследовании с применением методики «САН», отмечается у обучающихся следующих муниципальных образований (табл.14):

Табл.14. Низкие показатели эмоционального благополучия несовершеннолетних

№ п/п	Муниципальные образования	8 классы		9 классы		10 классы		11 классы	
		Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%	Кол-во чел.	%
1.	Аларский район	2	0,8	0	0	0	0	1	1,5
2.	город Ангарск	106	4,4	123	4,8	50	4,6	31	3,1
3.	Балаганского район	0	0	0	0	0	0	0	0
4.	Баяндаевский район	1	0,8	0	0	0	0	0	0
5.	г. Бодайбо и район	0	0	1	0,5	0	0	1	2,2
6.	Боханский район	10	3	4	1,3	1	0,7	2	1,8
7.	г. Братск	194	7,9	190	7,8	62	5,8	60	6,5
8.	Братский район	5	1	3	0,6	6	2,9	3	1,7
9.	Жигаловский район	0	0	1	0,79	2	3,8	0	0
10.	Заларинский район	4	1,2	1	0,3	1	0,9	1	1,1
11.	г. Зима	9	2,1	13	3,2	6	3,1	3	2,01
12.	Зиминский р-н	0	0	3	1,9	1	2	1	3,1
13.	г. Иркутск	316	4,1	346	4,4	153	4	166	5
14.	Иркутский район	46	3	77	3,9	15	2,2	19	3,5
15.	Казачинско-Ленский район	2	0,8	4	1,5	3	2,5	2	1,9
16.	Катангский район	0	0	1	2,5	0	0	0	0
17.	Качугский район	1	0,5	9	4,2	1	1	2	2,8
18.	Киренский район	4	1,7	2	0,9	1	1	4	4,3
19.	Куйтунский район	13	3,2	18	4,2	2	1,2	1	1
20.	Мамско-Чуйский район	0	0	1	1,9	0	0	0	0
21.	Нижнеилимский район	18	3,4	11	1,9	3	1,4	1	0,6
22.	Нижнеудинский район	13	1,8	21	2,8	6	1,7	9	3,1
23.	Нукутский район	4	1,9	3	1,2	1	0,8	0	0
24.	Ольхонский район	0	0	0	0	0	0	0	0
25.	Осинский район	4	1,2	7	2	1	0,5	3	1,7
26.	город Саянск	13	2,6	18	3,7	9	3,7	4	2
27.	город Свирск	1	0,6	3	1,6	2	2,6	0	0
28.	города Тулун	74	13	75	14	34	14	24	12,3
29.	Тайшетский район	10	1,1	22	2,4	4	1	9	2,4
30.	Тулунский район	3	1,3	0	0	1	1,2	0	0
31.	г. Усолъе-Сибирское	16	1,7	21	1,9	5	1,1	5	1,4
32.	Усольский район	13	1,5	2	0,8	1	0,5	1	0,8
33.	Усть-Кутский район	4	0,8	8	1,2	1	0,4	4	1,6
34.	г. Усть-Илимск	7	1,1	8	1	3	0,7	5	1,3
35.	Усть-Илимский район	0	0	0	0	1	1,4	0	0
36.	Усть-Удинский район	0	0	1	0,7	0	0	1	1,7
37.	г. Черемхово	31	4,4	44	5,8	0	0	1	0,4
38.	Черемховский район	6	1,6	0	0	1	0,7	1	1,1
39.	Чунский район	10	2,7	13	3,8	1	0,7	11	7,7

40.	Шелеховский р-н	17	2,4	16	1,7	3	0,9	6	1,8
41.	Эхирит-Булагатский район	13	3,4	13	2,5	0	0	1	0,4

В таблице 14 представлен низкий показатель эмоционального благополучия среди несовершеннолетних 8,9,10,11 классов, принявших участие в данном обследовании с применением методики «САН», т.е. по опроснику САН дети набрали не более 30 баллов.

Низкий показатель эмоционального благополучия отмечается у 12-14% обучающихся города Тулуна, от 6-8 % обучающихся г. Братск, 7,7% обучающихся 11 классов Чунского района и 5% обучающихся 11 классов г. Иркутска, 5,8 % обучающихся 9 классов города Черемхово

В некоторых муниципальных образованиях наблюдаются единичные случаи низкого показателя эмоционального благополучия среди несовершеннолетних.

Проведенный мониторинг определения самочувствия, настроения и общей активности обучающихся по методике САН 9, 10, 11 классов в 2023 году позволяет сделать сравнительный анализ результатов, полученных в этих же параллелях в 2024 году.

Таблица 15

№ п/п	Муниципальные образования	9 классы		10классы		11классы	
		% 2023 г.	% 2024 г.	% 2023 г.	% 2024 г.	% 2023 г.	% 2024 г.
1.	город Ангарск	5	4,8	4	4,6	4	3,1
2.	Город Братск	6	7,8	6	5,8	7	6,5
3.	Заларинский район	1	0,3	6	0,9	1	1
4.	город Иркутск	6	4,4	5	4	5	5
5.	Качугский район	2	4,2	6	1	2	2,8
6.	Киренский район	1	0,9	2	1	1	4,3
7.	Нижнеилимский район	5	1,9	3	1,4	3	0,6
8.	город Тулун	11	14	17	14	16	12,3
9.	Тулунский район	4	0	4	1,2	5	0
10.	город Черемхово	1	5,8	2	0	1	0,4
11.	Чунский район	3	3,8	4	0,7	1	7,7
12.	Усть-Илимский район	7	0	8	1,4	8	0

 положительная динамика показателя эмоционального благополучия обучающихся

 низкий показатель эмоционального благополучия

 рост числа обучающихся с низким показателем эмоционального благополучия

Низкий показатель эмоционального благополучия обучающихся сохраняется в г. Тулуне. Красным цветом выделены классы образовательных организаций городов Братска, Черемхово, Качугского, Киренского, Чунского районов, где наблюдается рост числа обучающихся с низким показателем эмоционального благополучия.

Однако, есть и положительные примеры уменьшение числа обучающихся с низким показателем эмоционального благополучия, например, в 9, 10 классах Заларинского района, в Нижнеилимском, Тулунском районах.

Для обучающихся с низким показателем эмоционального благополучия характерно тревожное состояние, плохое настроение, также возможны проявления раздражительности и растерянности.

Причины таких состояний у подростков могут быть разными: неудовлетворенность общением со взрослыми, прежде всего, с родителями и со сверстниками; недостаток тепла, ласки, разногласия между членами семьи; отсутствие тесных эмоциональных контактов с родителями; формирование таким образом у несовершеннолетних тревожно-пессимистических личностных ожиданий; несбывшиеся надежды и ожидания; эмоциональное разочарование; попытка справиться с обстоятельствами, которые оказались выше их сил и возможностей; ощущение собственной неполноценности; чувство одиночества; несправедливые и неразумные требования со стороны окружающих; чувство бессилия в достижении желаемых целей; невозможность достичь успеха; потребность в позитивной оценке и уважении со стороны окружающих.

Кто-то может реагировать на различные социальные ситуации повышением тревоги и беспокойства, кто-то не имеет определенного смысла и жизненной цели, что является свидетельством психического нездоровья. Школьники 8-х-11-х классов разделяют ценности самоактуализации личности, но для них самоактуализация еще не стала образом жизни, а является мечтой и стремлением. Они не уверены в себе, тревожны и невротичны, у них присутствует недоверие к окружающему миру и неверие в людей.

Овладение учителями и родителями навыками оптимального взаимодействия с детьми позволит снизить факторы психосоциального неблагополучия в развитии ребенка и улучшить состояние психического здоровья.

ВЫВОДЫ

Анализ данных мониторинга «Актуальное эмоциональное состояние обучающихся 8-11 классов образовательных организаций муниципальных образований Иркутской области» позволяет сделать следующие выводы:

1. У большинства обучающихся (87%) 8, 9, 10, 11 классов наблюдается позитивное состояние психического здоровья, эмоциональная стабильность, что является показателем их физического, душевного и социального благополучия, что на 2% выше по сравнению с 2023 годом. Несовершеннолетние испытывают обычное, хорошее настроение, душевное и социальное благополучие, наблюдается адекватность оценки ситуации, умение противостоять обычным жизненным стрессам.
2. При этом, почти у 13% (в 2023 году – 15%) обучающихся 8, 9, 10, 11 классов наблюдается негативное состояние психического здоровья («группа риска» по проявлению суицидального поведения), что может привести в дальнейшем к социально-негативным последствиям в поведении обучающихся данной категории.
3. Высокий показатель эмоционального благополучия (выше 70%) у обучающихся 8-11 классов с применением методики «САН» отмечается в 24 муниципальных образованиях Иркутской области. И наблюдается тенденция к снижению этого показателя.
4. В 12 муниципальных образованиях Иркутской области отмечается низкий показатель (менее 30 баллов) эмоционального благополучия среди несовершеннолетних 8-11 классов, принявших участие в обследовании, с применением методики «САН», однако и в этих образовательных организациях есть снижение негативных показателей, что свидетельствует о проводимой работе по профилактике риска суицидального поведения и формированию жизнестойкости у несовершеннолетних.

РЕКОМЕНДАЦИИ

По итогам проведения Мониторинга «Актуальное эмоциональное состояние обучающихся 8, 9, 10, 11 классов муниципальных образовательных организаций Иркутской области», с целью повышения качества работы по профилактике риска

суицидального поведения и формированию жизнестойкости у несовершеннолетних, рекомендовано:

1. Руководителям органов управления образованием муниципальных образований принять к сведению результаты Мониторинга и совместно с руководителями муниципальных образовательных организаций Иркутской области проанализировать их (февраль 2025 г.)
2. Руководителям образовательных организаций усилить контроль по организации психолого-педагогического сопровождения выявленных обучающихся, показавших высокий уровень личностной тревожности и высокий уровень стресса.
3. Руководителям образовательных организаций запланировать родительские собрания, методическую учебу для учителей на темы, затрагивающие вопросы эмоционального состояния детей, например, «Профилактика и предупреждение суицидальных рисков», «Роль семьи в духовно-нравственном воспитании» и т.д.
4. Педагогам-психологам муниципальных образовательных организаций:
 - ознакомиться с результатами Мониторинга, проанализировать причины ухудшения показателей эмоционального благополучия обучающихся (если таковые имеются);
 - заниматься профилактической работой, в план работы включать мероприятия (беседы, деловые игры, тренинги), направленные на улучшение эмоционального состояния обучающихся в классах в целом;
 - выделить группу обучающихся, находящихся в «зоне риска», у которых наблюдается высокий показатель по позиции «негативное состояние психического здоровья» и высокий показатель эмоционального неблагополучия;
 - с данной группой обучающихся провести дополнительную диагностическую работу, проанализировать все возможные причины неблагополучия, внести в ежемесячный план коррективы по проведению индивидуальных и групповых форм коррекционной работы, направленной на профилактику и смягчение эмоционального дискомфорта обучающихся, повышение их активности, самостоятельности, снижение эмоционального напряжения;
 - обращаться за методической помощью в ГАУ «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Директор



В.Н. Михайлова

Колесникова Г.Н. 8(3952) 700-940

Сущность и специфика технологии педагогического сопровождения развития жизнестойкости обучающихся в общеобразовательной школе¹

Профилактика девиантного поведения — это заранее спланированная, продуманная, целенаправленная система предупредительных мер, направленная на создание условий, препятствующих возникновению тех или иных форм социальных отклонений, а также их распространению.

Первичная профилактика - комплекс социальных, образовательно-воспитательных и психолого-медицинских мероприятий, предупреждающих зарождение отклонений в поведении. Она направлена на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих определенное явление, а также на повышение устойчивости личности к влиянию этих факторов.

Педагогическая профилактика включает в себя три компонента:

1. Образовательный компонент

Специфический - дать представление о различных видах девиантного поведения, о механизмах развития и последствиях.

Неспецифический - помочь подросткам обрести знания об особенностях своего психофизического здоровья, научить заботиться о себе, сформировать развитую концепцию самопознания.

2. Психологический компонент

Коррекция определенных особенностей личности, создающих возможность возникновения девиаций, создание благоприятного климата в коллективе, психологическая адаптация к изменяющимся условиям, формирование адекватной самооценки и умения нести за себя ответственность.

3. Социальный компонент

Помощь в социальной адаптации ребенка к условиям окружающей среды, формирование социальных навыков комфортного существования, обучение навыкам общения, здорового образа жизни.

Особенности педагогической профилактики девиаций проявляются в том, что, с одной стороны, она направлена на опережающее формирование позитивных жизненных установок, ценностей, опыта ребенка; с другой — объектом ее внимания выступают дети, в большинстве случаев уже получившие определенный социальный опыт, а также оказавшиеся в социально опасной ситуации.

В процессе формирования жизнестойкости целесообразно выделить два основных направления работы:

- с **социальной средой**, которая окружает личность (выделение причин, вызывающих риск возникновения суицидального поведения и их нейтрализация);
- с **личностью самого подростка** (формирование у него устойчивой жизненной позиции, обеспечивающей сознательную оценку себя, своих действий и поступков).

Педагогическое сопровождение формирования жизнестойкости

¹ Формирование жизнестойкости учащихся (методические рекомендации для педагогов и родителей). ГБОУ ИРО Краснодарского края. Кафедра психологии и педагогики.

личности в образовательных учреждениях, должно быть предназначено для усиления «защитных факторов» и ослабления известных «факторов риска».

В контексте профилактики суицидального поведения жизнестойкость является одним из ведущих защитных факторов, препятствующих его возникновению.

В контексте формирования жизнестойкости личностно-ориентированная парадигма образования представляет наиболее ценные идеи, рассматривающие педагогическое сопровождение:

- как помощь подростку в его личностном росте, открытое общение ученика и педагога (И. Д. Фрумин, В. И. Слободчиков);

- как особая сфера деятельности педагога, направленная на приобщение подростка к социально-культурным и нравственным ценностям, на которые он опирается в процессе самореализации и саморазвития (А. В. Мудрик).

Сопровождение понимают как деятельность, обеспечивающую создание условий для принятия субъектом развития оптимального решения в различных ситуациях жизненного выбора [5]. Любая программа сопровождения представляет собой технологию разрешения проблем развития.

Метод сопровождения - способ практического осуществления процесса сопровождения, в основе которого лежит единство четырех функций:

- диагностика существа проблемы;
- информация о существе проблемы и путях ее решения;
- консультация на этапе принятия решения и выработка плана решения проблемы;
- первичная помощь на этапе реализации плана решения.

Предметом деятельности специалистов системы педагогического сопровождения развития жизнестойкости обучающихся становятся:

- предупреждение возникновения проблем развития ребенка;
- помощь ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации (учебные трудности, проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута, нарушения эмоционально-волевой сферы, проблемы взаимоотношений со сверстниками, учителями и родителями; формирование установок на здоровый образ жизни, развитие навыков саморегуляции и управления стрессом в жизненных различных ситуациях; профилактика поведенческих факторов риска);

- развитие психолого-педагогической компетентности (психологической культуры) учащихся, родителей и педагогов по вопросам формирования жизнестойкости личности.

Эффективное формирование жизнестойкости в образовательном учреждении строится на следующих принципах: комплексность, дифференцированность, аксиологичность, многоаспектность, последовательность.

Комплексность предполагает объединение усилий различных специалистов в единую службу сопровождения формирования жизнестойкости учащегося.

Принцип **дифференцированности** предполагает дифференциацию целей, задач, средств и планируемых результатов формирования жизнестойкости каждого обучающегося.

Принцип **аксеологичности** (ценностной ориентации) требует формирования у детей и молодежи устойчивых мировоззренческих

представлений об общечеловеческих ценностях - жизни как абсолютной ценности, здоровом образе жизни как необходимом условии реализации личностных устремлений, законопослушности, уважении к человеку, государству и т. п., которые должны стать ориентирами и регуляторами их повседневного поведения.

Сопровождение развития жизнестойкости обучающихся необходимо ориентировать на личностно-деятельностный и диалогический подходы.

Личностно-деятельностный подход в процессе формирования жизнестойкости предполагает:

- культивирование специалистами системы сопровождения собственной позиции ребенка в различных ситуациях социального взаимодействия;
- постановка ребенка в ситуации выбора;
- обращение педагогов к личностным смыслам подростков в социальной деятельности;
- активное использование групповой работы, организованной в соответствии с правилами социального взаимодействия;
- ориентация на задачи возрастного развития личности подростка в процессе сопровождения.

Основой диалогического подхода выделяют:

-проблематизацию взаимодействия (обсуждение нерешенных вопросов, проблем с выработкой альтернатив поведения, предвидением последствий своего и окружающего поведения и деятельности);

- акцентирование внимания на субъективном опыте подростка;
- реализация диалоговых стратегий во взаимодействии.

Реализация выделенных условий представляет содержательное наполнение психолого-педагогической деятельности по формированию жизнестойкости личности обучающихся.

Формирование жизнестойкости в образовательном учреждении должно осуществляться на основе:

- развивающей стратегии, путем создания условий стимулирующих стремление подростка к самореализации в социуме социально-позитивными методами, обеспечение становления его личностных качеств, которые позволяют успешно социализироваться в обществе;
- формирующей стратегии, путем проектирования и реализации программ развития базовых составляющих жизнестойкости личности с учетом возрастных особенностей.

Таким образом, формирование жизнестойкости личности в общеобразовательном учреждении включает как деятельность по созданию условий, внешне детерминирующих этот процесс, так и деятельность по непосредственному развитию конкретных составляющих жизнестойкости с учетом возрастной специфики.

Реализация технологии формирования жизнестойкости специалистами ОУ (классными руководителями, психологами, социальными педагогами) предполагает:

- создание такого взаимодействия участников сопровождения, где каждый будет иметь возможность обсуждать свои мысли, проблемы, возможности, личностные особенности в атмосфере уважительности, открытости, честности и поддержки; их интересы, мнения и решения уважаются, но обсуждаются с точки зрения профессионалов;

- возможности опробовать различные формы поведения в критических ситуациях, с правом на ошибку без серьезных последствий для будущего, так как ролевые ситуации - пробы происходят в экспериментальном взаимодействии;
- возможности получения подростками помощи, поддержки в случаях, когда они допускают ошибки.

Условиями для обеспечения успешного формирования жизнестойкости являются:

- ориентация педагогом ребенка в позицию активного субъекта своего социального развития;
- взаимодействие участников сопровождения на основе рефлексии процесса и результата деятельности, прогнозирования различных социальных ситуаций и их последствий;
- постановка ребенка в ситуацию выбора на основе обсуждения проблемных ситуаций с предложенными альтернативами поведения;
- использование диалогического взаимодействия на всех этапах педагогического сопровождения и интерактивного взаимодействия для активизации личностных ресурсов его участников.

Таким образом, основными педагогическими условиями формирования жизнестойкости обучающихся в образовательном учреждении являются:

- Субъект-субъектная основа диалогического взаимодействия, которая обеспечивается системой занятий со всеми участниками образовательного процесса. Необходима дополнительная методическая подготовка родителей и педагогов. В системе педагогического сопровождения работа с родительской общественностью реализуется как традиционными формами консультирования и просвещения, так и достаточно новой формой в системе сопровождения - совместным семинаром-тренингом по развитию навыков общения, сотрудничества, взаимодействия подростков с родителями.
- Развивающее взаимодействие педагогов и учащихся является основой развития основных компонентов жизнестойкости, оно может быть достигнуто за счет профессионально-личностного развития педагогов.
- Включение учащихся в личностно-ориентированные педагогические ситуации. Педагогические ситуации актуализируют, делают востребованными личностные функции подростков. Цель специалиста сопровождения - социокультурная ориентация сознания воспитанника, обеспечение выбора им, принятия и апробации в собственном опыте социальной ценности.
- Использование широкого диапазона интерактивных видов деятельности (дискуссии, тренинги, деловые и ролевые игры, моделирование ситуаций, социальное проектирование). Они предполагают высокую результативность, включенность, активность участников образовательного процесса, взаимообогащение в процессе взаимодействия.
- Соотнесение содержания работы с подростками с возрастной спецификой формирования жизнестойкости.
 - Ориентация специалистов сопровождения на работу с ценностно-смысловой сферой личности и способы взаимодействия личности в социуме. Собственно педагогической целью оказывается изменение личностной (ценностно-смысловой) сферы человека. Сущность данной

деятельности состоит в осуществлении педагогами организации целенаправленного осмысления и оценки подростками социальных значений тех или иных явлений, процессов и объектов окружающей действительности и формировании в этой связи их личностных смыслов.

Личностно ориентированная ситуация — это реализация определенного педагогического проекта, создавая который педагог должен:

- получить достаточное представление о жизненной ситуации тех, кто станет участником этого процесса;
- сформулировать педагогическую цель этого проекта (у организуемой для этого деятельности может быть масса и других функций — социальные, правоохранительные, материально-производительные, но нас интересует именно педагогическая, раскрывающая вид личностного опыта, который должны приобрести учащиеся);
- выяснить, на материале какой предметной деятельности будет создана ситуация, чем будут заниматься ее участники, через какие психические состояния, переживания они должны будут пройти, чтобы обрести соответствующий опыт;
- определить, как будет организовано их формальное и неформальное общение, лидерство, руководство, связи, контакты и отношения, если эта ситуация выходит за рамки урока, учебной аудитории;
- найти, как заинтересовать участников ситуации, побудить их к принятию деятельности как личностно значимой, к поиску смысла, способов самореализации, помочь «открыть» себя в данном виде деятельности;
- решить, как методически подготовить себя (и других педагогов) к такого рода деятельности;
- какие технико-рекреационные средства необходимы для реализации данного педагогического проекта.

Основная задача педагогического сопровождения формирования жизнестойкости - предоставление учащимся возможности получения опыта социального взаимодействия при сопровождении профессионалов.

Технология сопровождения развития компонентов жизнестойкости в общеобразовательном учреждении выполняет ряд функций:

■ **информационную** (информирование участников образовательного процесса по вопросам сущности жизнестойкости, ее компонентах, факторах и условиях формирования);

■ **диагностическую** (выявление исходного уровня развития компонентов жизнестойкости на основе диагностики ее показателей с целью его повышения и коррекции, повторная его диагностика с целью фиксации изменений);

■ **лично-развивающую** (развитие основных компонентов жизнестойкости, повышение личностных ресурсов, социальной ответственности, активности с использованием различных методов, форм);

■ **социально-обучающую** (обучение основам жизнестойкого поведения, навыкам конструктивного социального взаимодействия личности с окружающей действительностью и различным способам совладающего поведения).

Использование педагогической технологии в образовательном процессе информационного общества основывается на развитии особого характера субъект-субъектных отношений педагога и учащихся, предполагающих:

- выделение ученика как «субъекта, признание его основной ценностью образовательного пространства», «носителя особого культурного мира,

существенно иного, чем мир взрослых», изменение типа отношений между обучающим и обучаемым, переход к сотрудничеству, взаимопомощи, признание «ценностно-смыслового равенства взрослого и ребенка»;

- выявление, максимальное использование и структурирование субъективного опыта ребенка посредством его согласования с общественно выработанным и социально-значимым опытом;

- активизацию личностных функций ученика;

- построение модели активных действий ученика, познающего объективный мир и культуру его преобразования.

Критериями отбора технологий выступают: интерактивность, деятельностный характер, направленность на поддержку индивидуального развития ребенка, предоставление ему необходимого пространства свободы для принятия самостоятельных решений, творчества, диалогичность, перенос акцента на изучение действительности, на применение присваиваемой культуры к решению личностных проблем и текущих задач, возрастосообразность.

Технологический алгоритм реализации сопровождения развития жизнестойкости обучающихся в направлении развивающей стратегии представлен следующими этапами:

1. Информирование участников образовательного процесса о сущности, структуре жизнестойкости, задачах по ее развитию, условиях и средствах развития.

2. Анализ педагогами и родителями возрастных особенностей жизнестойкости.

3. Выработка условий развития жизнестойкости в образовательном учреждении, семье.

4. Разработка программ сопровождения развития жизнестойкости в образовательном учреждении.

Работу на всех этих этапах реализуют специалисты службы сопровождения.

Технология реализации формирующей стратегии представлена следующими этапами:

1. Информирование школьников по вопросам развития жизнестойкости личности.

2. Изучение мнения подростков о структуре и составляющих жизнестойкости.

3. Изучение сформированности основных составляющих жизнестойкости обучающихся.

4. Проведение педагогами занятий по программам развития жизнестойкости.

5. Проведение практических занятий по формированию интегративных компонентов жизнестойкости в соответствии с возрастной моделью.

6. Диагностика динамики развития компонентов жизнестойкости.

Анализ полученных результатов.

Реализация обоих направлений осуществляется параллельно и отражает полный цикл педагогического сопровождения образовательной среды с целью развития жизнестойкости личности.

В процессе формирования жизнестойкости особую ценность представляют технологии активного социально-психологического обучения, которые получили широкое распространение в образовании, благодаря их высокой результативности и включенности участников. При их использовании преобразованию подвергается ценностно-смысловая сфера личности и способы действий личности в социуме. Деятельность самих обучающихся по собственному обучению и определяет их активность.

Личностно-ориентированные технологии социального обучения основаны на использовании интерактивных методов, здесь отражена их суть - активное взаимодействие, взаимообогащение членов группы.

Наибольшей популярностью среди интерактивных методов в процессе формирования жизнестойкости используются тренинг, деловая игра, дискуссия.

Целью дискуссии является осознание участниками вариативности подходов к решению проблемы, самодиагностика собственной позиции и развитие мотивации к реструктурированию ситуации. В ходе дискуссии по проблемам развития жизнестойкости происходит осознание каждым участником собственного влияния на процесс развития жизненной стратегии.

Деловая игра предполагает имитацию, моделирование ситуации и на этой основе определение вариантов и способов решения проблемы. Деловая игра в рамках сопровождения развития жизнестойкости обеспечивает выработку путей и способов решения жизненных ситуаций адекватными способами, которые принесут пользу.

Тренинг универсальный метод обучения поведению, а также метод развития способностей к обучению или овладению любым сложным видом деятельности. Это один из наиболее оптимальных методов развития жизнестойкости и отдельных ее компонентов, обеспечивающий развитие способности к обучению поведению в социуме. Во время занятий у подростков происходит смена внутренних установок, расширяются знания, появляется опыт позитивного отношения к себе и окружающим людям. Здесь предоставляется возможность активно пробовать различные стили поведения, усваивать новые умения и навыки при сопровождении специалистов.

Одним из методов развития жизнестойкости личности в рамках субъектного подхода является проектирование и организация совместных социальных действий.

Совместные действия, в социальном проектировании обладают тремя следующими особенностями.

Во-первых, в совместных социальных действиях рождаются межличностные и межгрупповые отношения участников совместных действий.

Во-вторых, совместные социальные действия выступают как своего рода средства, «культурные орудия» (Л.С.Выготский), через которые строятся, изменяются межличностные и межгрупповые отношения участников этих действий.

В-третьих, сложный многоплановый процесс реализации межличностных и межгрупповых отношений в ходе совместных действий представляет собой движущую силу развития самых разных социальных групп. Именно в совместных социальных действиях рождаются, преобразуются и развиваются межличностные и межгрупповые отношения участников этих действий.

Технология социального проектирования обеспечивает творческое саморазвитие, формирует потребность в нем, всесторонне стимулирует активность и самостоятельность.

Социальный проект представляет опытную деятельность ребенка, связанную с окружающей его реальностью и основанную на его интересах.

Его основная задача — вооружение ребенка инструментарием для решения проблем, поиска и исследований в жизненных ситуациях.

Социальный проект как метод развития жизнестойкости личности должен:

- иметь практическую ценность;
- предполагать самостоятельность проведения;
- предполагать возможность решения актуальных проблем;
- быть гибким в направлении работы и скорости ее выполнения;
- содействовать проявлению способностей подростков при решении задач более широкого спектра;
- способствовать налаживанию взаимодействия между подростками.

К организации проекта предъявляются следующие требования:

- Проект педагогически значим, то есть учащиеся приобретают социальные знания, взаимодействуют на межличностном уровне, овладевают необходимыми для жизнестойкого поведения способами мышления и действия.
- Проект разрабатывается по инициативе учащихся.
- Проект является значимым для ближайшего и опосредованного окружения учащихся — одноклассников, родителей, педагогов.
- Проект заранее спланирован, сконструирован, но вместе с тем допускает гибкость и изменения в ходе выполнения.
- Проект ориентирован на решение конкретной проблемы, его результат имеет потребителя. Цели проекта сужены до решаемой задачи.
- Проект реалистичен, ориентирован на имеющиеся в распоряжении школы ресурсы.

Социальное проектирование в контексте развития жизнестойкости учащихся в общеобразовательной школе:

- личностно ориентировано;
- самомотивируемо, что означает возрастание интереса и вовлечённости в работу по мере её выполнения;
- использует множество дидактических подходов;
- поддерживает педагогические цели в когнитивной, аффективной и психомоторной областях на всех уровнях;
- позволяет учиться на собственном опыте и опыте других в конкретном деле;
- приносит удовлетворение ученикам, видящим продукт своего труда.

Самоорганизация времени жизни как компонент формирования жизнестойкости личности

Проблема самоорганизации времени жизни является одной из актуальных в вопросах формирования жизнестойкости личности, еще древнегреческий ученый Демокрит утверждал: «вода опасна, но есть средство избежать этой опасности — «обучение плаванию»».

Самоорганизация времени наших детей — вот способ «не утонуть» им в потоке жизненного времени. Время для человека — бесценное богатство. НО педагоги прошлого видели ошибку в попытках организовывать время за своих детей. Задача заключается в том, чтобы научить ребенка самостоятельно организовывать время, регулировать свою жизнедеятельность.

Сущность самоорганизации времени жизни можно определить словами К.Д. Ушинского, который призывает к невозможности такого препровождение времени для ребенка, когда «человек остается без работы в руках, без мысли в голове, потому что в эти именно минуты портится голова, сердце и нравственность». Неумение детей организовывать свое время, когда они «не знают, что с собой делать» достаточно злободневная проблема.

Время жизни должно быть ориентировано так, чтобы ребенок, потребляя, мог развиваться и создавать. В организации времени жизненно важным является расширение поля для собственной инициативы и самостоятельности, самосовершенствования и саморегуляции.

Свободное время личности должно осознаваться как личностная ценность, если оно превращается в антиценность, то есть растрчивается или

становится безличностным, обедненным способом жизни, то риск возникновения различных девиаций возрастает.

Самоорганизация времени жизни — это особый вид деятельности человека, характеризующийся целеустремленностью, активностью, мотивированностью, самостоятельностью и ответственностью. Сущность ее можно определить, как способность ставить цели и достигать их, своевременно выполнять необходимые задания, самостоятельно организовывать свою деятельность и четко придерживаться этой организации. Благодаря самоорганизации времени жизни повышается качество, результативность деятельности. Ребенок, способный организовать себя и свою деятельность, использует достаточное количество времени для выполнения работы, выполняет ее поэтапно и планомерно, лучше сосредотачивается на выполняемых действиях.

Деятельность становится более упорядоченной. У организованного человека деятельность подчинена определенному распорядку, являющемуся для него наиболее оптимальным. Это позволяет не забывать о важных делах, делать все качественно и вовремя, четко представлять цели и задачи, планировать результаты.

Экономятся время и силы. Хорошая самоорганизация позволяет хорошо планировать время - работа выполняется планомерно и остается достаточно времени для досуга, т.к. отсутствует спешка, нервозность, множественные переделки работы и т.д.

Важно отметить, что полная самоорганизация возможна только у старших школьников и взрослых людей. Дети и подростки могут обладать ее элементами (следование графику, организация рабочего места и пр.), которые можно развить, и которые становятся превосходным задатком для полной самоорганизации. Полное же отсутствие этого качества ведет к падению школьной успеваемости, утере каких-либо навыков и знаний, снижению качества выполняемой деятельности, неэффективности обучения/работы.

Недостаток самоорганизации лучше всего иллюстрирует откладывание работы до самого последнего момента, а потом суматошное и часто некачественное ее выполнение. Наверняка такая ситуация знакома многим, а избежать подобных случаев в дальнейшем очень легко, если знать, как организовать самого себя и свою деятельность.

Распорядок дня

Четкий распорядок дня является отличной основой для формирования хороших навыков самоорганизации. Школьники, привыкшие к нему в семье или в детском саду, своевременно выполняют необходимые задания, привыкают к упорядоченности в делах. Если же в семье нет возможности установить четкий распорядок (например, ненормированные рабочие графики родителей), рекомендуется установить диапазоны времени выполнения каких-либо действий. Например, ложиться спать не позднее 23.00, выполнять домашние задания с 14.00 до 16.00 и т.д.

Планирование

Хорошо организовать себя помогает заблаговременное планирование. Можно планировать на один день, на целую неделю, на каждые выходные и т.д. Первоначально родителям необходимо помогать детям в этом процессе, постепенно уменьшая свое участие.

При этом не рекомендуется:

Планировать время без участия ребенка. Даже если ребенок дошкольного или младшего школьного возраста. Для эффективной тренировки самоорганизации необходимо, чтобы сам ученик принимал

участие в планировании, выражал свои пожелания, вносил уточнения в график и пр. В противном случае это может привести к нежеланию и отказу ребенка следовать намеченному плану или же к неспособности школьника к самостоятельному планированию своих дел даже в старшем возрасте (ребенок просто не знает, как это делать, ведь это всегда было задачей родителей).

Возлагать эту задачу полностью на ребенка. На первоначальном этапе необходим контроль со стороны родителей, даже если речь идет о подростке. Но не следует нужно занимать позицию директора, полностью забрав у ребенка составленный вашим ребенком график и пр. Родители просто проверяют реалистичность планирования, присутствие в плане всех необходимых дел, вносят свои предложения при необходимости.

Важно, чтобы более 60% намеченных планов было осуществлено. Школьникам младшего возраста понадобится для этого контроль и напоминания родителей. Это связано с тем, что у детей 6-10 лет еще недостаточно сформировано чувство ответственности, очень часто они могут просто забыть о времени, заигравшись с друзьями. Для подростков и старших школьников будет достаточным интерес родителей к тому, как идут дела. Контроль при этом минимальный или отсутствует вовсе. При необходимости в планы можно и нужно вносить изменения. Для планирования можно использовать традиционные ежедневники или специальные программы и приложения.

Крайние сроки

Для эффективного выполнения работы или проекта (написание реферата, подготовка доклада, создание презентации и пр.) хорошим способом является определение крайнего срока сдачи. Для стимулирования деятельности можно визуализировать эту дату (например, выделить на настенном календаре) или выставить напоминания на гаджете.

Организация досуга

Обилие свободного времени, не заполненного никакой деятельностью, ведет к чрезмерному расслаблению и ухудшению навыков самоорганизации. Избежать этого позволит заблаговременное составление списка занятий на досуге. Процесс его создания можно разделить на три этапа:

Обдумывание. Ребенку дается задание подумать, что он может делать в свободное от всего время. Школьник письменно перечисляет варианты.

Дополнение. После того как ребенок перечислил все варианты, пришедшие ему в голову, родители предлагают другие интересные способы времяпрепровождения. Это могут быть любые занятия, способные заинтересовать ученика: чтение книг, посещение кружков и секций, посещение выставок или мастер-классов и т.д.

Составление единого списка. И, наконец, из всех подходящих вариантов составляется единый перечень. Впоследствии его можно дополнять и расширять.

Постановка целей

Для развития навыков самоорганизации важно, чтобы уже с раннего возраста у ребенка были цели. В зависимости от возраста школьника родители:

Ставят цели ребенку самостоятельно. Это применимо к детям дошкольного и старшего школьного возраста.

Ставят цели совместно с ребенком. С учеником 10-15 лет необходимо обговаривать цели и совместно формулировать их. Ребенок высказывает свои желания, а родители направляют его, дают советы, корректируют при необходимости (НО! незначительно).

Вовсе не принимают участия в постановке целей ребенком - он делает

это самостоятельно. Юноши и девушки от 15 лет способны самостоятельно формулировать цели - родители лишь дают советы и оказывают помощь при необходимости.

Цели могут быть самыми разнообразными: от создания аппликации до окончания школы с медалью. Главное, чтобы их достижение было не сиюминутным, а занимало хотя бы несколько часов. Если количество задач и целей очень большое, необходимо помочь школьнику распределить их по степени важности.

Поэтапное выполнение

Это еще один хороший способ для развития самоорганизации. Он состоит в том, что выполнение какой-либо деятельности разбивается на этапы, каждый из которых:

Непосредственно связан с другими этапами. Другими словами, без выполнения данного действия невозможно перейти к выполнению следующего.

Должен быть закончен к определенному времени. В качестве напоминания можно использовать визуализацию даты на календаре.

Контролируется и оценивается. Контроль может осуществляться как в процессе работы, так и после ее выполнения. Если контроль и оценка осуществляются родителями, важно помнить, что замечания и критика должны быть по существу и высказаны в мягкой форме.

Баланс между работой и досугом

Если вы хотите привить своему ребенку навык самоорганизации, то это абсолютно не означает, что нужно загрузить полезной деятельностью каждый миг его жизни. Нужно соблюдать строгий баланс между различными обязанностями школьника (по учебе, по дому и т.д.) и досугом. У ребенка должно быть достаточно времени для желаемых занятий, однако оно должно быть строго определено: 3 часа после выполнения д/з, все воскресенье при условии выполнения всех необходимых заданий по учебе и т.д.

Порядок и призер

Собственный пример, а также порядок в доме отлично способствуют развитию навыков самоорганизации. При этом родителям необязательно планировать каждый свой шаг или соблюдать в доме стерильную чистоту, но рекомендуется: выполнять обещания данные ребенку и требовать соблюдения обещаний с его стороны. Следовать большинству намеченных планов. Грамотно организовывать досуг. Соблюдать порядок на рабочем месте: разбирать бумаги, не оставлять вещи на рабочем столе и т.д.

Самоорганизация - высший уровень владения собой и своим временем, умения эффективно устроить свою деятельность. Навыки самоорганизации вполне можно развить, и делать это стоит с самого раннего возраста. Для развития способности к самоорганизации времени жизни у детей понадобится много терпения, желания и готовности меняться.

РЕКОМЕНДАЦИИ

по проведению в образовательных организациях с обучающимися профилактических мероприятий, направленных на формирование у них позитивного мышления, принципов здорового образа жизни, предупреждение суицидального поведения

С учетом понимания факторов риска и факторов защиты формирования суицидального поведения у обучающихся руководителям образовательных

организаций рекомендуется обеспечивать:

- привлечение к профилактической деятельности заместителей (советников) директора по воспитанию и взаимодействию с детскими коллективами, педагогов - психологов (штатных и (или) ППМС-центров (региональных, муниципальных), социальных педагогов, учителей;
- взаимодействие образовательной организации с медицинской организацией, в которой может быть оказана необходимая помощь обучающемуся с риском суицида;
- информирование участников образовательных отношений о ресурсах получения психологической помощи (в том числе экстренной, кризисной) посредством публикации телефонов горячих линий психологической помощи (Общероссийский детский телефон доверия 8-800-2000-122, Горячая линия экстренной психологической помощи 8-800-600-31-14, региональные горячие линии);
- регулярное проведение мероприятий для родителей (законных представителей) обучающихся, реализация психолого-просветительских программ по развитию благополучных детско-родительских отношений, психологическим особенностям взросления ребенка, в том числе с ограниченными возможностями здоровья, выявлению ранних признаков формирования суицидального поведения у детей и подростков.

Планирование и проведение указанных мероприятий, в зависимости от их темы, формата проведения и охвата, может быть реализовано классными руководителями, педагогами-психологами, представителями администрации образовательной организации.

При подготовке мероприятий для родителей (законных представителей) обучающихся предлагается использовать материалы, подготовленные федеральным государственным бюджетным учреждением «Центр защиты прав и интересов детей» (далее - Центр):

памятки «Родителям о психологической безопасности детей и подростков», «Формула безопасного детства. Рекомендации для родителей», ссылка: <https://fcprc.ru/spec-value-of-life/informatsionnye-materialy-dlya-roditelej>

алгоритм действий для родителей обучающихся по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет:

<https://fcprc.ru/spec-kdn/metodicheskie-materialy/>

сценарий всероссийского родительского собрания «Профилактика интернет-рисков и угроз жизни детей и подростков»:

https://fcprc.ru/media/media/behavior/Roditelskoe_sobranie_Profilaktika_internet-riskov.pdf

сценарий родительского онлайн-собрания «Профилактика самоповреждающего поведения среди подростков»:

https://fcprc.ru/media/media/behavior/Roditelskoe_sobranie_Profilaktika_samopovrejdeniya.pdf

сценарий родительского собрания «Профилактика рисков аутодеструктивного поведения подростков»:

https://fcprc.ru/media/media/behavior/Roditelskoe_sobranie_Profilaktika_autodestruktivnogo_povedeniya.pdf