

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей №15 города Ставрополя

Промежуточный отчет

о реализации проекта краевой инновационной площадки

в сфере образования в Ставропольском крае

за период 01.01.2019 г. по 10.09.2019 г. учебного года

**«Развитие когниг - стратегии поведения школьников как
основы самовоспитания личности»**

Научный руководитель краевой
инновационной площадки
Гаранова Татьяна Николаевна

23.08.2019

Руководитель инновационной
площадки от образовательного



Варисова Ирина Анатольевна

29.08.2019

Утверждено на педагогическом совете

протокол №1 от 26.08.2019

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей №15 города Ставрополя

Промежуточный отчет
о реализации проекта краевой инновационной площадки
в сфере образования в Ставропольском крае
за период 01.01.2019 г. по 10.09.2019 г. учебного года
«Развитие копинг - стратегии поведения школьников как
основы самовоспитания личности»

Научный руководитель краевой
инновационной площадки
Таранова Татьяна Николаевна

Руководитель инновационной
площадки от образовательного
учреждения

Тарасова Ирина Анатольевна

Утверждено на педагогическом совете

протокол №1 от 26.08.2019

Промежуточный отчет
о реализации проекта краевой инновационной площадки
в сфере образования в Ставропольском крае
за период 01.01.2019 г. по 10.09.2019 г. учебного года

«Развитие копинг - стратегии поведения школьников как основы самовоспитания личности»

В условиях современной социально-культурной действительности участники образовательного процесса разных возрастов переживают стрессовые ситуации эмоционального и информационного характера. Научить каждого из них способности к совладанию со сложными жизненными ситуациями при сохранении психического здоровья через изучение специфики копинг-поведения является одним из важных направлений в системе образования. Овладение активными навыками по устранению воздействия источников стресса на личность повышает готовность к использованию ресурсов как личностных, так и среды, развиваются механизмы индивидуальной защиты от неблагоприятной ситуации, повышается адаптация. Разработка системы освоения педагогами копинг – поведения, а также методов формирования совладающего поведения школьников становится актуальной целью образовательного процесса. Это и стало основной задачей нашей КИП.

В ситуации стрессогенного окружения школьника, связанного с преодолением возрастных кризисов, напряжённого темпа обучения, усиления влияния внутренней среды общения, слабого воспитательного воздействия педагогически неграмотных родителей, культурно - аксиологических воздействий, как-то: отсутствие чётких гражданских и личностных ориентиров в окружающей действительности, многообразие форм культуры, в том числе и юношеско - молодёжной субкультуры, и отсутствие ориентации в ней (агрессивное воздействие СМИ) приводит к необходимости формирования у школьников механизмов копинг-поведения для сохранения психического здоровья и поддержания психологического благополучия всех участников образовательного процесса.

Присутствие в профессиональной деятельности педагога большого количества стресс - факторов предъявляет повышенные требования к такой профессионально значимой интегральной характеристике учителя как стрессоустойчивость. Сохранение или повышение стрессоустойчивости личности педагога связано с поиском, сохранением и адекватным использованием ресурсов, помогающих в преодолении негативных последствий стрессовых ситуаций .

Однако вопросам сохранения и поддержания психического здоровья педагогов в процессе педагогической деятельности еще не было уделено достаточного внимания. Остаются неразрешенными противоречия: между

общей установкой психологической науки на изучение психического здоровья и малой разработанностью проблем сохранения и поддержания психического здоровья педагогов; между потребностью современной школы в педагогах со здоровой психикой, то есть, стратегии поведения которых способствуют сохранению и поддержанию их психического здоровья, и тем, что в современной психологической науке недостаточно четко определены средства, обеспечивающие сохранение и поддержание психического здоровья в сфере педагогической деятельности.

Стремление найти пути решения этих противоречий и определило проблему нашего исследования. В теоретическом плане это проблема обоснования содержания саморегуляции, обеспечивающей формирование адаптивных копинг-стратегий поведения в профессиональной деятельности. В практическом плане - проблема обоснования способов формирования адаптивных копинг-стратегий поведения, способствующих сохранению и поддержанию психического здоровья педагогов.

Особую категорию ресурсов стрессоустойчивости представляют характер и способы преодоления стрессовых ситуаций — стратегии и модели преодолевающего поведения или копинг — стратегии.

Выявление зависимости между типом субъектной регуляции педагога и предпочитаемыми им копинг — стратегиями поможет по-новому взглянуть на проблему педагогического процесса, раскрыть закономерности и механизмы формирования совладающего поведения и уровня стрессоустойчивости, а так же поможет более тщательно подойти к проблеме профессионального педагогического отбора[6]

По мнению ряда ученых, профессиональная деятельность педагога — это один из наиболее напряжённых в психологическом отношении видов социальной деятельности, вследствие чего её можно отнести к разряду тех профессий, которые в большей степени подвержены стрессу .

Стрессовые ситуации наносят ущерб здоровью учителя, ведут к появлению чувства беспомощности и бессмысленности существования, низкой оценке своей профессиональной компетентности, ведут к проблемам в сфере межличностных коммуникаций. Сохранение или повышение стрессоустойчивости личности связано с сохранением способности к социальной адаптации; сохранением значимых межличностных взаимоотношений; обеспечением успешной самореализации, достижением жизненных целей; сохранением трудоспособности; сохранением физического и психического здоровья.

Для совладения со стрессом каждый человек использует собственные стратегии (копинг-стратегии) на основе имеющегося у него личностного опыта (личностных ресурсов или копинг-ресурсов).

К копинг-ресурсам, помогающим справиться со стрессогенными ситуациями, относятся:

- физические (здоровье, выносливость и т.д.);
- психологические (убеждения, самооценка, контроль, мораль и т.д.);

- социальные (социальные связи человека и другие виды социальной поддержки).

Общество ожидает от учителя умения корректировать различные социальные проблемы (алкоголизм, наркомания, асоциальное поведение детей и подростков), умения обучать учащихся знаниям и умениям, обеспечивать деятельность по эстетическому воспитанию, удовлетворять потребности учащихся с широким кругом способностей и содействовать моральному и этическому развитию учащихся.

В настоящее время поведенческие копинг-стратегии подразделяются на активные и пассивные, адаптивные и дезадаптивные. К активным стратегиям относят стратегию «разрешение проблем», как базисную копинг-стратегию, включающую все варианты поведения человека, направленные на разрешение проблемной или стрессовой ситуации и стратегию «поиск социальной поддержки», включающую поведение, направленное на получение социальной поддержки от среды. К пассивному копинг-поведению относятся варианты поведения, включающего базисную копинг-стратегию «избегание», хотя некоторые формы избегания могут носить и активный характер. К личностно-средовым адаптивным ресурсам (копинг-ресурсам) относят уровень когнитивного развития, Я-концепцию, локус контроля, эмпатию, аффилиацию, способность оказывать и воспринимать социальную поддержку, наличие социально-поддерживающей сети и ее эффективность, а также психологические особенности личности, обеспечивающие стрессоустойчивость.

Результаты исследований копинг-поведения отечественных и зарубежных авторов, выполненные на контингентах лиц с делинквентным поведением (наркоманы, правонарушители), больных (неврозами, психическими заболеваниями), представителях ряд профессий, характеризующихся «эмоциональным выгоранием» (психологи, психотерапевты, педагоги) позволили отметить неразрывную связь копинг-поведения и стресса, значимость когнитивной теории его преодоления, наличие содержательных компонентов копинг-поведения и достаточно слабую его разработанность в отношении специалистов экстремального профиля.

На сегодняшний день проблема изучения совладающего поведения педагогов при осуществлении ими профессиональной деятельности обозначена особенно остро и обусловлена возрастающими требованиями со стороны общества к личности преподавателя и его роли в учебном процессе. При этом сфера изучения профессионального стресса наиболее востребована практикой, поскольку непосредственно связана с сохранностью трудоспособности и психического здоровья квалифицированной части населения. Следует помнить, что корректно решить проблему динамики копинга можно только использованием нескольких методов формирования совладающего поведения, копинг – модели, приобретенные во время тренингов могут значительно отличаться оттого, как стресс будет преодолеваться в реальной жизни.

Копинг – поведение педагога является неотъемлемым показателем к самоорганизации своей деятельности. Овладение методами формирования совладающего поведения обеспечивает возможность создания комфортных отношений всех участников образовательного процесса в условиях интенсивного обучения.

стрессе существуют два глобальных стиля реагирования:

проблемно-ориентированный (problem-focused) стиль, направленный на рациональный анализ проблемы, связанный с созданием и выполнением плана разрешения трудной ситуации и проявляется в таких формах поведения, как самостоятельный анализ случившегося, обращение за помощью к другим, поиск дополнительной информации .[5]

Субъективно-ориентированный стиль (emotion-focused) является следствием эмоционального реагирования на ситуацию, не сопровождающегося конкретными действиями, и проявляется в виде попыток не думать о проблеме вообще, вовлечения других в свои переживания, желания забыться во сне, растворить свои невзгоды в алкоголе, наркотиках или компенсировать отрицательные эмоции едой. [5]

Копинг, нацеленный на эмоции, определяется как когнитивные, эмоциональные и поведенческие усилия, с помощью которых личность пытается редуцировать эмоциональное напряжение.

В целом большинство исследователей [5] придерживаются единой классификации способов совладания:

- 1) копинг-стратегии, воздействующие на ситуацию;
- 2) когнитивные стратегии, направленные на переоценку ситуации;
- 3) усилия, направленные на снятие эмоционального напряжения.

I этап - диагностико-организационный (01.01.2019 - 01.09.2019 гг.).

II этап - проектно-реализаторский (01.09.2019 - 31.09.2021 гг.).

III этап - методико - обобщающий (01.09.2021 -30.12.2021 гг.).

В рамках работы над экспериментом была проведена установочная конференция, на которой профессор СКФУ Таранова Т.Н., д.п.н., познакомила коллектив с особенностями инновационного проекта и его научным обоснованием. *(Приложение 1)*

Для изучения теории копинг-поведения в психолого-педагогической науке был проведен обучающий семинар "Копинг-поведение как психолого педагогическая проблема". *(Приложение 2)*

Организован инно-центр лицея, проведены заседание актива школы (НМС, МО, НОЦМ). *(Приложение 3)*

Разработаны методические рекомендации для проведения учебных занятий по проекту «Развитие копинг - стратегии поведения школьников как основы самовоспитания личности» *(Приложение 4)* на основе которых в рамках фестиваля педагогических идей проведены открытые уроки:

- Дражина Л.А. «У каждого человека должна быть своя звезда» по произведению А. Сент – Экзюпери «Маленький принц» 6 мая 2019;

- Нартова С.И. «Некоторые секреты невидимой математики» урок на по теме «Корни» 15 мая 2019. *(Приложение 5)*

В рамках эксперимента лицей активно сотрудничает с коллегами из старейшего Римского университета Ля Сапиенца. В этом году преподаватель нашего образовательного заведения проходит обучение в магистратуре по направлению «Педагогика и воспитательные науки» по программе двойных дипломов.

Инструментальный практикум "Методы диагностики копинг-поведения" позволил овладеть методами диагностики копинг-поведения, произвести подбор диагностического инструментария, и, как результат, все члены коллектива прошли различные виды тестирования.

Для педагогического коллектива использовались следующие адаптивные варианты методик:

- «Индикатор копинг – стратегий» (Д. Амирхан)-предназначенные для диагностики доминирующих копинг – стратегий личности (*Приложение 6*);
- «Копинг – поведение в стрессовых ситуациях (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный Т.А. Крюковой) – включает перечень заданных реакций на стрессовые ситуации и нацелен на определение доминирующих копинг – стрессовых поведенческих стратегий (*Приложение 7*);
- Методика диагностики копинг – механизмов (Е. Хейма)-скрининговая методика, позволяющая исследовать 26 ситуационно-специфических вариантов копинга, распределенных в соответствии с тремя основными сферами психической деятельности на когнитивный, эмоциональный и поведенческий – копинг – механизмы (*Приложение 8*);
- Тест – опросник механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р. Конте) – выявление особенностей функционирования механизмов психологической защиты индивида (группы) (*Приложение 9*).

Проведенные исследования, показали, что активные копинг-стратегии, ориентированные на решение проблемы, ведут к уменьшению имеющейся симптоматики, тогда как избегание и другие копинг-стратегии, направленные на редукцию эмоционального напряжения, приводят к усилению симптоматики.

Для коллектива учащихся были проведены следующие виды методик:

2-4 классы – «Опросник копинг стратегий школьного возраста» (И.М. Никольская, Р.М. Грановская)

5-6 классы – Шкала тревожности Тейлора

8 классы – Диагностика копинг стратегий Хайма

9-11 классы – Опросник Басса - Дарки

После общения результатов диагностики копинг-поведения учащихся будут выбраны в каждом классе ребяда для работы с психологами, на параллелях – выбираются контрольные и экспериментальные классы с примерно одинаковыми характеристиками тестирования.

Для поведения исследований в родительской среде подобраны следующие методики:

- Опросник «Взаимодействие родителей с ребенком» (для родителей младших школьников)
- Опросник АСВ 5-6 классы
- Копинг – тест Лазаруса для родителей,(7-11)

На данном этапе проводится Первая тренинговая "Развитие копинг-поведения субъектов образовательного процесса в лицее».

Научный руководитель

краевой инновационной площадки

МБОУ лицея №15 г.Ставрополя:

Таранова Т.Н.

Директор

МБОУ лицея №15 г.Ставрополя.:

Тарасова И.А.

9-11 классы – Опросник Басса - Дарки

После обобщения результатов диагностики копинг-поведения учащихся будут выбраны в каждом классе ребята для работы с психологами, на параллелях выбираются контрольные и экспериментальные классы с примерно одинаковыми характеристиками тестирования.

Для проведения исследований в родительской среде подобраны следующие методики:

- Опросник «Взаимодействие родителей с ребенком» (для родителей младших школьников)
- Опросник АСВ 5-6 классы
- Копинг – тест Лазаруса для родителей, (7-11)

На данном этапе проводится Первая тренинговая неделя «Развитие копинг-поведения субъектов образовательного процесса в лицее».

Научный руководитель

красной инновационной площадки

МБОУ лицея №15 г. Ставрополя:



Таранова Т.Н.

Директор

МБОУ лицея №15 г. Ставрополя:



Тарасова И.А.