Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 18 имени Александра Ивановича Кравченко станицы Новомалороссийской муниципального образования

Выселковский район

Краевой конкурс лучших классных руководителей

Краснодарского края

Номинация

«Современное содержание воспитательного процесса в деятельности классного руководителя классов казачьей направленности»

Разработка родительского собрания

Взаимодействие семьи и школы в формировании

жизнестойкости обучающихся

Разработала Костенко Ирина Александровна,

учитель русского языка и литературы,  
классный руководитель 10б класса

МБОУ СОШ №18

2016

*При входе на собрание каждый участник родительского собрания получает вырезанную бумажную фигурку человека, которая будет использована при выполнении психологического упражнения.*

|  |  |
| --- | --- |
| Целевая  аудитория | Родители обучающихся класса казачьей направленности |
| Количество  участников | 19 человек |
| Приглашённые | Психолог школы |
| Цели работы | 1. Повышение родительской компетентности по формированию жизнестойкости. 2. Выработка путей взаимодействия семьи и школы в целях формирования жизнестойкости обучающихся в условиях класса казачьей направленности. |
| Форма проведения | Лекция с элементами тренинга и дискуссии, а также с использованием презентации |
| Актуальность | Увеличение в стране количества обучающихся с антивитальным поведением, необходимость в осознании родителями своей ответственности в формировании жизнестойкости у детей и гармонизации семейных отношений. |
| Предварительная работа | Проведение анкетирования среди детей с целью выявления уровня тревожности обучающихся и среди родителей «Роль класса казачьей направленности в воспитании обучающихся» |
| Средства и методы измерения  результатов | Эмоциональный отклик родителей на собрание, распространение материалов собрания среди тех, кто отсутствовал |
| Используемая  литература | 1. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании. Методическое пособие. - Барнаул, 2014г. 2. Родительские собрания. 5-11 классы. Н.И.Дереклеева, - «ВАКО», М., 2004 3. «Формирование жизнестойкости ребенка»,   Воронова Е. А., - «Коллеги», педагогический журнал Казахстана, 2015 |

**Ход собрания**

**Этап I. Что такое жизнестойкость?**

***Слово классного руководителя:***

- Уважаемые родители, здравствуйте! Стало хорошей традицией встречаться на родительском собрании, где мы имеем возможность обсудить важные вопросы воспитания и развития наших детей. К сожалению, на этот раз поводом для сегодняшней встречи явилась тема, о которой многие боятся даже подумать, и отгоняют мысли об этом, настолько страшным и невообразимым это кажется для многих. **(Слайд 1)**

Мы, взрослые, умеем достойно справляться с экономическими и политическими трудностями. Мы научились противостоять разрушительным силам окружающей среды. Но опасность пришла с другой стороны – изнутри, а мы стараемся не замечать, как саморазрушительные процессы сметают с лица Земли не меньшее, а всё большее число людей. Мы видим, как некое мощное течение уносит от нас прочь наших детей. Огромная невидимая рука вырывает их с корнем из школьной, семейной и личной жизни. Спайсы, наркотики, детский алкоголизм, уход из дома, бродяжничество – всё это стало опасной приметой современного времени. Наблюдается уникальное явление – саморазрушающее поведение, направленное на сокращение или прекращение собственной жизни. **(Слайд 2)**

Подростковое самоубийство, или суицид, является уже много лет серьезной проблемой в мире и в нашей стране. По данным всемирной организации здоровья (ВОЗ): в мире от самоубийств погибает больше людей, чем от войн и терроризма. Из них 20% приходится на подростковый и юношеский возраст. За последние 15 лет число самоубийств увеличилось в 2 раза. 2003 году Россия заняла 1 место в мире по абсолютному количеству подростковых самоубийств. На сегодняшний день этот вопрос очень остро встал и в нашем крае. **(Слайд 3)**

Почему же подростки пытаются покончить с собой? Сразу оговорюсь, ответ на этот вопрос очень сложен, и, к сожалению, ограниченный формат времени моего выступления не позволяет обстоятельно ответить на этот вопрос.

Вот только некоторые мотивы суицидального поведения у детей и подростков:

- боязнь насмешек, позора или унижения;

- угроза или вымогательство;

- страх наказания;

- желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие,

- желание избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации;

- подражание товарищам, фанатизм и рок-культура.

- чувство вины, стыда, оскорблённого самолюбия, самообвинение;

- переживание обиды, одиночества. **(Слайд 4)**

Психологи выделяют ещё одну причину детских самоубийств – прессинг успеха. Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Родители и учителя настраивают ребёнка на обязательный успех: при сдаче ЕГЭ, поступление в вуз, получение престижной работы. Страх не оправдать чаяний дорогих людей, которые столько в тебя вложили (и особенно в материальном плане), да и собственные высокие притязания создают невыносимое напряжение, страх. А если добавить сюда ощущение, что любая неудача равносильна краху, непоправима, становится понятно, откуда рождается в душе подростка мощный эмоциональный дискомфорт. **(Слайд 5)**

Такой же "каплей" может стать и... Интернет. Сегодня в Сети можно найти многое. Пообщаться с разными людьми, купить и продать, а также "правильно" покончить с жизнью… Бесконтрольное использование Интернета отнюдь не безопасно! То же самое можно сказать и о некоторых компьютерных играх.**(Слайд 6)**

Но психологи утверждают, что на первом месте стоят всё же семейные конфликты, непонимание с родителями. Подумайте, как часто мы разговариваем с детьми? Не оцениваем, не упрекаем, не читаем нотации, не воспитываем, а разговариваем по душам? **(Слайд 7)**

К сожалению, мы не можем вернуть тех, кто уже ушёл из жизни. Мы можем лишь извлечь уроки. Нам важно понять, почему это происходит? Что мы можем сделать? Ведь они наши дети, которые ещё только учатся жить, и у них ещё нет опыта преодоления жизненных трудностей. И именно мы, родители, можем дать им защиту, уверенность, поддержку и самое главное, любовь и внимание. **(Слайд 8)**

Мне бы хотелось, чтобы наряду с осознанием серьёзности проблемы, у нас, взрослых, не возникало бы чувство беспомощности и бессилия. Даже в непростых условиях современной жизни важно сохранять определённую долю оптимизма. Да, наша жизнь щедра на испытания - любой человек переживает кризисы, сложные моменты и встречается с трудностями на своем пути. Только одни люди выходят из кризиса разочарованными и потерявшими вкус к жизни, а другие умудренными опытом. Очевидно, существует некая устойчивость к невзгодам. Есть даже такое качество личности – жизнестойкость. Что же это такое? **(Слайд 9)**

**Жизнестойкость личности** – это способность человека не только противостоять внешним психотравмирующим, стрессовым условиям и обстоятельствам, но и превращать их в ситуации собственного развития.

**Этап II. Роль семьи в формировании жизнестойкости**

***Учитель:***

– Каждый ребёнок обладает защитными возможностями психического и физического здоровья. А также существуют внешние защитные факторы, которые поддерживают ребёнка. И главная роль принадлежит родителям, именно они могут дать нашим детям защиту, уверенность, и самое главное, любовь и внимание.

**Итак, что вы как родители можете сделать? Прислушайтесь к советам:**

**1.** **Чаще обнимайте, целуйте ребёнка, хвалите его**. Не думайте, что ваш ребёнок и так знает, как вы его любите. Первым делом утром, когда прощаетесь, обнимайте своего ребенка. Когда вы вечером встречаетесь дома, уделите ему 15 минут, при этом посвятите ему себя в это время полностью. (Что делать в эти 15 минут? Да что угодно: слушайте, сочувствуйте, обнимайте, дурачьтесь, смейтесь и просто разговаривайте.) Поговорите и пообнимайтесь с каждым ребенком (если у вас их несколько), когда укладываете их спать. **(Слайд 10)**

**2.** **Уважайте своего ребенка**. Вы хотите воспитать своих детей доброжелательными людьми, которые бы уважали других? Говорите с ними уважительно. Это очень непросто сделать, особенно если вы рассержены. Если ваш ребёнок сделал ошибку или допустил промах, не путайте его поступок с личностью. Никогда не говорите ребёнку, что он плохой. Никогда не говорите обидных слов в адрес ребёнка, даже в порыве гнева. Брошенное мимоходом оскорбление в адрес его личности может глубоко травмировать детскую психику и быть причиной его комплексов и неуверенности в себе, остаться шрамом на всю жизнь. **(Слайд 11)**

**УПРАЖНЕНИЕ «Бумажный человечек».**

(Родителям предлагается вспомнить обидные слова-характеристики, которые они произносили в адрес своего ребёнка. При каждом произнесённом слове они мнут бумажного человечка, символизирующего ребёнка. Затем дается аналогичное задание с произнесением ласковых слов, слов-извинений. Человечек выравнивается. Учитель обращает внимание родителей на то, что следы, шрамы (сгибы на бумаге) остались.)

**4. Общайтесь с ребёнком**. Общение – основная человеческая потребность. Помните об этом, старайтесь быть инициатором откровенного, открытого общения со своим ребенком. Чем меньше у вас запретных тем для разговора с ребёнком, тем больше он будет с вами делиться. Каждый день спрашивайте у ребёнка: «Как дела?», «Что было в школе?». Сделайте такие разговоры привычкой. **(Слайд 12)**

**5. Слушайте ребёнка, старайтесь понять его чувства.** Умение слушать – основа эффективного общения. Умение слушать означает:

- быть внимательным к ребенку;

- выслушивать его точку зрения;

- уделять внимание взглядам и чувствам ребенка, не споря с ним. Никогда не говорите ребёнку: «Это всё чепуха!», «Глупости!». (**Слайд 13)** Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом…» или «Что ты об этом думаешь?».

**6. Ставьте себя на его место.** Детям часто кажется, что их проблемы никто и никогда не переживал. Скажите ребёнку, что вы понимаете, насколько ему сложно. Договоритесь, что он может обратиться к вам в любой момент, когда это ему действительно необходимо. Главное, чтобы ребенок чувствовал, что вам важно, что с ним происходит.

**7. Планируйте своё время** так, чтобы у вас была возможность быть дома с ребёнком. Вместе ужинайте, помогайте выполнять домашние задания, проводите свободное время, занимайтесь совместными делами, просто разговаривайте. **(Слайд 14)**

**8. Разрешайте друзьям вашего ребёнка приходить к вам домой**. Познакомьтесь с ними. Говорите ребёнку, что его друзья вам нравятся. Если не нравятся, то хотя бы не критикуйте их. Обычно критика друзей приводит к тому, что ребёнок перестаёт о них рассказывать родителям. **(Слайд 15)**

**9. Принимайте ребенка таким, какой он есть**. Для многих родителей школьные успехи — это отражение их собственных побед. Нереализованность в жизни или, наоборот, высокий статус заставляет таких пап и мам свято верить, что ребенок обязан быть «самым-самым». Помните, “гениальность” – это ещё не синоним “счастья”. Пусть он выше «троек» не поднимается, и золотая медаль ему не светит, но у него есть другие таланты. Выясните, что ему интересно, что получается лучше всего, и направьте его этой дорогой. Помогите ребёнку найти кружок, студию, секцию по интересам. **(Слайд 16)**

**10. Показывайте пример взрослого**, **конструктивного способа решения** **вопроса** при возникновении конфликтных ситуаций. Даже если не удаётся найти взаимопонимания с конкретным учителем, в школе обязательно найдутся люди (администрация, классный руководитель, другие педагоги), который постараются помочь вам, найти диалог. **(Слайд 17)** Жалоба в прокуратуру или городской комитет скорее всего продемонстрирует вашему ребёнка отсутствие доверия к тому образовательному учреждению, в котором он учится.

**11. Без доверия нет открытости.** Если вы заметили серьёзные изменения в поведении ребёнка, сообщите об этом классному руководителю. Поделитесь с ним своими переживаниями. **(Слайд 18)**

***Анализ анкетирования***

Итак, каждому родителю важно знать, что беспокоит его ребенка. Чтобы вам помочь, мы провели некоторые исследования.

– Я хотела бы предоставить слово нашему школьному психологу. Она провела анкетирование с ребятами по выявлению уровня тревожности, связанной с предстоящей итоговой аттестацией *(Приложение 1),* и тестжизнестойкости *(Приложение 2).* Татьяна Валерьевна познакомит вас с результатами анкетирования и даст советы, как снять высокий уровень тревожности, чтобы избежать депрессивных состояний.

***Выступление психолога.***

**Этап III. Роль классов казачьей направленности в формировании жизнестойкости обучающихся**

**Учитель:**

**–** Классы казачьей направленности в нашей школе существуют с 2012 года, и создавались они с определённой целью: приобщение обучающихся к казачьему укладу жизни, патриотическое воспитание человека и гражданина на основе историко-культурных традиций казачества, формирование духовной зрелости, высокой нравственности и готовности к службе Отечеству, в том числе – несению государственной службы казачества. **(Слайд 19)**

Наши дети – это первые казачата в школе, и за 4 года работы нами накоплен немалый опыт. Могу сказать, что сама вижу только положительный результат четырехлетней работы. Наши ребята – отличные спортсмены, частые участники и победители не только муниципальных, но и краевых состязаний. Они активные волонтеры, экскурсоводы школьного музея, участники поисковых экспедиций, многочисленных поездок по краю и за его пределы. **(Слайд 20)**

Скучать нам не приходилось. Кроме классных часов, мы ежегодно готовим массу общешкольных мероприятий, поддерживаем тесную связь с местным казачеством. Наши ребята – создатели парка Победы в станице, организаторы многих благотворительных акций. **(Слайд 21)** Многие сейчас хотят связать свою судьбу с Российской армией, стать профессиональными военными. Этот факт уже говорит о том, что у ребят имеются определённые цели и они знают, чего хотят.

**–** При подготовке к собранию мы также поставили задачу, выяснить, как влияет обучение в классе казачьей направленности на детей. Для этого разработали ещё одну анкету. (*Приложение 3).* Я обобщу результаты этого анкетирования.

**Анализ анкет**

**–** Как видим, обучение в казачьем классе положительно влияет на эмоциональную сферу личности, позволяет чаще оказываться в ситуации успеха, повышает самооценку обучающихся. Изучение дополнительных курсов: Основы православной культуры и история кубанского казачества расширяют кругозор детей, приобщают к культуре предков, формируют чувства патриотизма, укрепляют нравственный стержень в каждом обучающемся. Участвуя в благотворительных акциях, волонтерском движении, ребята чувствуют больше свою значимость, учатся самостоятельности, а значит, становятся сильнее и увереннее в себе.

**-** И вот ещё несколько советов вам, уважаемые родители:

* **Станьте родителем-активистом в школе, где учится ваш ребёнок.** Предложите посильную помощь в организации экскурсий, концертов, школьных вечеров.
* **Помните, школа и семья - союзники** в вопросах не только обучения, но и развития, воспитания детей. Только совместными усилиями, только с совместным заинтересованным, чутким, внимательным, бережным отношением к личности ребёнка, мы сможем предотвратить беду. Мы-то с вами знаем, что несколько двоек подряд, разлад отношений с одноклассниками, ссора с мамой – это всё такая малость по сравнению с большой жизнью. Они, наши дети, этого не знают, и поэтому не бросайте их, когда им плохо. Помогите ребенку понять, что борьба и надежда, упорная работа и вера всегда вознаграждаются победой и удачей. Настраивайте своих детей на удачу!

**Этап IV**. **Дискуссия**

**-** Уважаемые родители, а сейчас я предлагаю вам поучаствовать в дискуссии.

Вопрос такой:

- Согласны ли вы с высказыванием Ричарда Баха: «Каждая мечта тебе дается вместе с силами, необходимыми для её осуществления»?

**Этап V. Разработка решения собрания**

Рабочая группа в месте с классным руководителем подготовила *проект* решения собрания:

1. Стать для своих детей примером жизнелюбия и оптимизма.
2. Научиться слушать своего ребенка в любой ситуации.
3. Быть чуткими к малейшему изменению в психологическом состоянии ребенка.

Проект решения дорабатывается и выставляется на голосование.

***Заключительные слова учителя***:

– На прощание я хотела бы подарить вам небольшие памятки. Они необычные.

Раздаю стихи на листочках:

|  |
| --- |
| **Прислушаемся к советам своих детей!**  «Чем проповедь выслушивать, мне лучше бы взглянуть, И лучше проводить меня, чем указать мне путь. Глаза умнее слуха –  поймут всё без труда. Слова порой запутаны, пример же – никогда. Тот лучший проповедник, кто веру в жизнь провёл. Добро увидеть в действии – вот лучшая из школ. И если все мне рассказать, я выучу урок. Но мне ясней движенье рук, чем быстрых слов поток. Должно быть, можно верить и умным словесам, Но я уж лучше погляжу, что делаешь ты сам. Вдруг я неправильно пойму прекрасный твой совет, Зато пойму, как ты живешь: по правде или нет»  *Вечная детская мудрость* |

 - И добавлю от себя:

Есть множество вещей, что, так или иначе,

Важны для нас и очень хороши!

Вам всем желаю от души:

Любви, здоровья и удачи!

И желаю быть, хорошими, ответственными родителями.

Помните, быть родителями – значит всё время учиться ими быть!

**Приложение 1**

***Анкета***

***определения эмоционального состояния учащихся (САН + тревожность).***

*Инструкция: прочитайте внимательно каждый вопрос. На каждый вопрос нужно выбрать только один вариант ответа.*

1. С каким настроением Вы чаще всего идете в школу?

а) обычно с хорошим, приподнятым;

б)обычно с грустным;

в)обычно с ровным, спокойным;

г)обычно с неустойчивым, часто бывают перепады настроения.

2. Какие эмоции Вы чаще всего испытываете при посещении дополнительных занятий для подготовки к экзаменам (подготовительный курсы, репетиторы, уроки по профильным предметам);

а)чаще положительные эмоции; б)чаще отрицательные эмоции.

3. Затрудняет ли состояние здоровья ваше обучение на данном этапе?

а) да; б)нет.

4. Утомляют ли Вас дополнительные занятия при подготовки к экзаменам (подготовительный курсы, репетиторы, уроки по профильным предметам)?

а)да; б)нет.

5. Занятия, которые я посещаю для подготовки к экзаменам обычно:

а)оставляют меня равнодушным; б)увлекают меня.

6. Обычно я принимаю активное участие в обсуждении каких-либо вопросов на занятиях при подготовке к экзаменам:

а)да; б)нет.

7. Обычно я с вниманием отношусь ко всему, что происходит на занятиях:

а)да; б)нет

8. Ситуация выбора будущей профессии, ВУЗа вызывает у меня чувство неуверенности в себе:

а)да; б)нет.

9. Удовлетворены ли Вы обучением в вашем профильном классе?

а)да; б)нет.

10. Довольны ли Вы организацией обучения по данному профилю?

а)да; б)нет.

11. Вы оптимистично воспринимаете свое профессиональное будущее?

а)да; б)нет.

12. Легко ли Вам дается обучение по выбранному профилю?

а)да; б)нет.

13. К последнему уроку Вы чувствуете себя усталым и разбитым?

а)да; б)нет.

14. Вы чувствуете напряжение в течении всего учебного дня?

а)да; б)нет.

15. Обычно у Вас хорошее самочувствие?

а)да; б)нет

16. У Вас возникает желание отдохнуть во время уроков?

а)да; б)нет

17. Вас тревожит возможность оказаться неуспешным при сдаче экзаменов, или при поступлении в ВУЗ?

а)да; б)нет.

18. Вас беспокоит возможность ошибиться при выборе будущей профессии, ВУЗа?

а)да; б)нет

19. Вы принимаете критику авторитетных для Вас людей по поводу вашей учебной деятельности близко к сердцу?

а)да;

б)нет

20. Вы боитесь что Ваш выбор будущей профессии, ВУЗа не совпадет с желанием родителей?

а)да;

б)нет.

***Приложение 2***

***Тест жизнестойкости***

***Методика С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева***

*Инструкция*.  Прочитайте следующие утверждения и выберите  тот вариант ответа («нет», «скорее нет, чем да», «скорее да, чем нет», «да»), который наилучшим образом отражает Ваше мнение. Здесь нет правильных или неправильных ответов, так как важно только Ваше мнение. Просьба работать в темпе, подолгу не задумываясь над ответами. Отвечайте последовательно, не пропуская вопросов. Тестовый материал (вопросы утверждения)

1. Я часто не уверен в собственных реше­ниях.
2. Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела.
3. Часто, даже хорошо выспавшись, я с тру­дом заставляю себя встать с постели.
4. Я постоянно занят, и мне это нравится.
5. Часто я предпочитаю «плыть по тече­нию».
6. Я меняю свои планы в зависимости от об­стоятельств.
7. Меня раздражают события, из-за которых я вынужден менять свой распорядок дня. Непредвиденные трудности порой силь­но утомляют меня.
8. Я всегда контролирую ситуацию настоль­ко, насколько это необходимо.
9. Порой я так устаю, что уже ничто не мо­жет заинтересовать меня.
10. Порой все, что я делаю, кажется мне бес­полезным.
11. Я стараюсь быть в курсе всего происхо­дящего вокруг меня.
12. Лучше синица в руках, чем журавль в небе.
13. Вечером я часто чувствую себя совершен­но разбитым.
14. Я предпочитаю ставить перед собой труд­нодостижимые цели и добиваться их. Иногда меня пугают мысли о будущем.
15. Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал.
16. Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль.
17. Мне кажется, если бы в прошлом у мен
18. Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми.
19. Испытав поражение, я буду пытаться взять реванш.
20. Я люблю знакомиться с новыми людьми.
21. Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, что он просто не уме­ет видеть интересное.
22. Мне всегда есть чем заняться.
23. Я всегда могу повлиять на результат того, что происходит вокруг.
24. Я часто сожалею о том, что уже сделано.
25. Если проблема требует больших усилий, я предпочитаю отложить ее до лучш их времен.
26. Мне трудно сближаться с другими людьми.
27. Как правило, окружающие слушают меня внимательно.
28. Если бы я мог, я многое изменил бы в про­шлом.
29. Я довольно часто откладываю на завтра то, что трудно осуществимо, или то, в чем я не уверен.
30. Мне кажется, жизнь проходит мимо меня.
31. Мои мечты редко сбываются.
32. Неожиданности дарят мне интерес к жизни.
33. Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны.
34. Порой я мечтаю о спокойной размерен­ной жизни.
35. Мне не хватает упорства закончить начатое.
36. Бывает, жизнь кажется мне скучной и бес­цветной.
37. У меня нет возможности влиять на нео­жиданные проблемы.
38. Окружающие меня недооценивают.
39. Как правило, я работаю с удовольствием.
40. Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей.
41. Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются.
42. Друзья уважают меня за упорство и не­преклонность.
43. Я охотно берусь воплощать новые идеи.

***Обработка результатов теста.***

Для подсчета баллов ответам на прямые пункты присваиваются баллы от 0 до 3 («нет» - 0 баллов, «скорее нет, чем да» - 1 балл, «скорее да, чем нет» - 2 балла, «да» - 3 балла), ответам на обратные пункты присваиваются баллы от 3 до О («нет» - 3 балла, «да» - 0 баллов). Затем суммируется общий балл жизнестойкости и показатели для каждой из 3 субшкал (вовлеченности, контроля и принятия риска). Прямые и обратные пункты для каждой шкалы представлены ниже.

***Ключ к тесту жизнестойкости.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Прямые пункты | Обратные пункты |
| Вовле­ченность | 4, 12, 22, 23, 24, 29, 41 | 2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42 |
| Контроль | 9, 15, 17, 21, 25, 44 | 1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43 |
| Принятие риска | 34, 45 | 34, 45 7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36 |

***Интерпретация (расшифровка) к тесту жизнестойкости.***

Выраженность жизнестойкости в целом и ее компонентов препятствует возникновению внутреннего напряжения в стрессовых ситуациях за счет стойкого совладания, копинг стратегий (hardy coping) со стрессами и восприятия их как менее значимых.

**Вовлеченность** (commitment) определяется как «убежденность в том, что вовлеченность в происходящее дает максимальный шанс найти нечто стоящее и интересное для личности». Человек с развитым компонентом вовлеченности получает удовольствие от собственной деятельности. В противоположность этому, отсутствие подобной убежденности порождает чувство отвергнутости, ощущение себя «вне» жизни. Если вы чувствуете уверенность в себе и в том, что мир великодушен, вам присуща вовлеченность.

**Контроль** (control) представляет собой убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, пусть даже это влияние не абсолютно и успех не гарантирован. Противоположность этому - ощущение собственной беспомощности. Человек с сильно развитым компонентом контроля ощущает, что сам выбирает собственную деятельность, свой путь.

**Принятие риска** (challenge) - 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. В основе принятия риска лежит идея развития через активное усвоение знаний из опыта и последующее их использование.

Компоненты жизнестойкости развиваются в детстве и отчасти в подростковом возрасте, хотя их можно развивать и позднее. Их развитие решающим образом зависит от отношений родителей с ребенком. В частности, для увеличения вовлеченности принципиально важно принятие и поддержка, любовь и одобрение со стороны родителей. Для развития компонента контроля важна поддержка инициативы ребенка, его стремления справляться с задачами все возрастающей сложности на грани своих возможностей. Для развития принятия риска важно богатство впечатлений, изменчивость и неоднородность среды. Мадди подчеркивает важность выраженности всех трех компонентов для сохранения здоровья и оптимального уровня работоспособности и активности в стрессогенных условиях. Можно говорить как об индивидуальных различиях каждого из трех компонентов в составе жизнестойкости, так и о необходимости их согласованности между собой и с общей (суммарной) мерой жизнестойкости.  Средние и стандартные отклонения общего показателя.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Нормы | Жизнестойкость | Вовлеченность | Контороль | Принятие риска |
| Среднее | 80,72 | 37,64 | 29,17 | 13,91 |
| Стандартное отклонение | 18,53 | 8,08 | 8,43 | 4,39 |

***Приложение 3***

***Анкета***

***Моё отношение к обучению в классе казачьей направленности***

1. Нравится ли тебе учиться в классе казачьей направленности?
2. Что больше всего нравится тебе в классе казачьей направленности? Обведи нужное:
3. Освоение военно-прикладных видов спорта
4. Военно-спортивные состязания
5. Смотры строя и песни
6. Экскурсионные поездки по местам боевой славы
7. Тимуровская работа
8. Работа в школьном музее
9. Посещение церкви
10. Выпуск боевых листков
11. Подготовка к мероприятиям
12. Изучение курса «Основы православной культуры»
13. Изучение курса «История кубанского казачества»
14. Проведение казачьих праздников и фестивалей в школе
15. Участие в ежегодном казачьем параде в г. Краснодаре
16. Часто ли ты пропускаешь мероприятия, проводимые в рамках работы казачьего класса?
17. Положительно ли относятся родители к твоему обучению в данном классе?
18. Есть ли у тебя спортивные достижения?
19. Часто ли ты оказываешься победителем в личном состязании или в составе команды?
20. Считаешь ли ты, что обучение в обычном классе дало бы тебе столько, сколько ты получил в классе казачьей направленности?
21. Что бы ты пожелал учителям, работающим с классами казачьей направленности?