

Анализ результатов социально-психологического тестирования (СПТ) учащихся муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения «Средняя школа № 2 имени Д.В.Крылова» в 2023-2024 учебном году

На основании приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 20 февраля 2020 года № 59 «Об утверждении Порядка проведения социально-психологического тестирования обучающихся в общеобразовательных организациях и профессиональных образовательных организациях»; на основании приказа Департамента Образования Ярославской области от 30.08.2023 г. № 176/01-04 «О проведении социально-психологического тестирования»; приказом МОБУ СШ №2 г. Гаврилов-Ям от 06.09.2023 г. № 370 «Об организации и проведении социально-психологического тестирования», которое проводилось с использованием единой методики (ЕМ СПТ) в период с 15 сентября по 14 октября 2023 года. В тестировании приняли участие учащиеся 7-11 классов, достигшие возраста 13 лет. Лица, достигшие 15 лет, проходят процедуру тестирования с их письменного информированного согласия, остальные - с согласия одного из родителей (законного представителя). Методика является опросником и состоит из набора утверждений, который включает в себя 130 вопросов для учащихся 7-9 классов и 170 вопросов для учащихся 10-11 классов.

Общее количество учащихся в МОБУ СШ №2 в возрасте от 13 лет и старше, начиная с 7 класса в 2023-24 учебном году – 143 человека. Из них: 142 учащихся, прошли тестирование, 1 учащийся не прошел тестирование по причине отказа родителя. Не участвующих по иным причинам – нет.

Динамика участия в СПТ

Год	Кол-во учащихся, подлежащих тестированию	Кол-во согласий	Кол-во отказов	Прошло тестирование
2022-2023	143	136	7	136 (95,1%)
2023-2024	143	142	1	142 (99,3%)

По результатам СПТ в МОБУ СШ №2 выявлено:

- 6 человек с высокой вероятностью рискованного поведения;
- 22 человека с средней вероятностью рискованного поведения;
- 7 человек с низкой вероятностью рискованного поведения.

Распределение результатов по группам риска

№	Группа риска	Кол-во учащихся	% от общего числа проходивших тестирование
1	Низкая вероятность рискованного поведения (0 группа)	107	75,35%
2	Средняя вероятность рискованного поведения (1 группа)	7	4,93%
3	Высокая вероятность рискованного поведения (2 группа)	22	15,49%
4	Высочайшая вероятность рискованного поведения (3 группа)	6	4,23%

Распределение обучающихся по группам по результатам СПТ в %



Данные о распределении учащихся с высочайшей вероятностью рисковогго поведения по параллелям и полу.

Всего обучающихся с высочайшей вероятностью рисковогго поведения:	6 человек		
	в т.ч. из них:	всего в параллели	девочки
7 классы	1	0	1
8 классы	4	0	4
9 класс	1	1	0

Таким образом, видно, что наибольшее количество учащихся с высочайшей вероятностью рисковогго поведения обучается в параллели 8 классов. Среди них мальчиков больше, чем девочек.

Данные о распределении учащихся с высокой вероятностью рисковогго поведения по параллелям и полу.

Всего обучающихся с высокой вероятностью рисковогго поведения:	22 человека		
	в т.ч. из них:	всего в параллели	девочки
7 классы	3	2	1
8 классы	4	2	2
9 класс	3	0	3
10 класс	11	8	3
11 класс	1	1	0

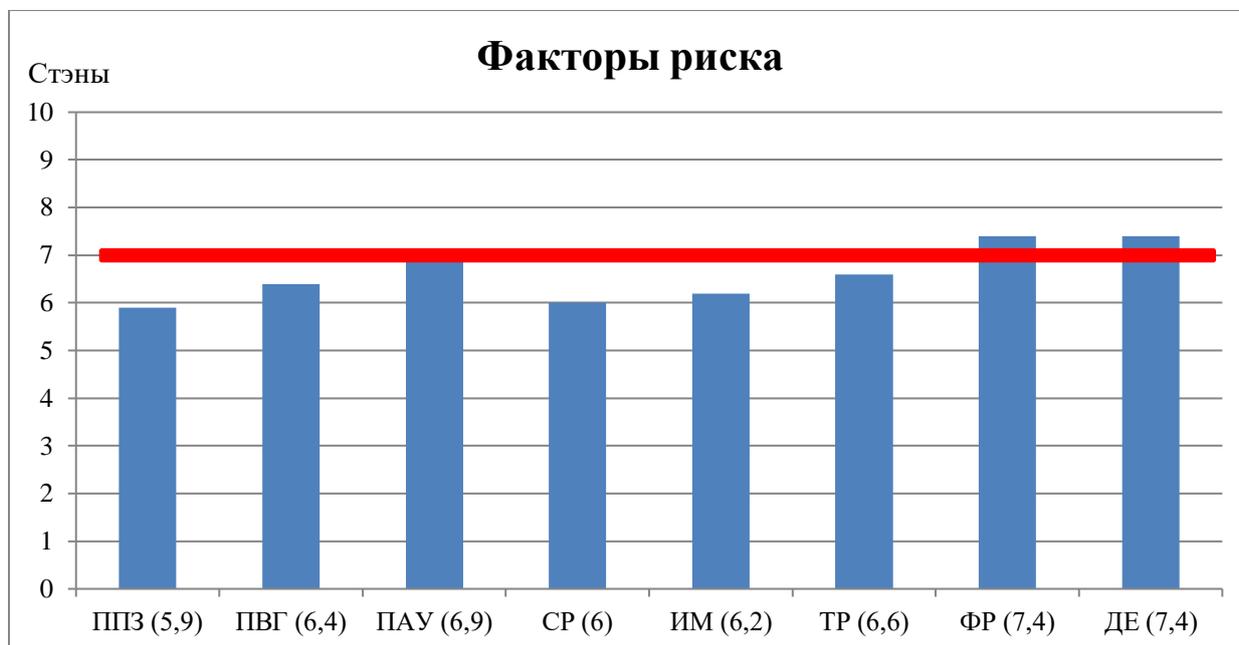
Наибольшее количество учащихся с высокой вероятностью рисковогго поведения обучается в 10 классе. Среди них девочек больше, чем мальчиков.

Данные о распределении учащихся с средней вероятностью рисковогго поведения по параллелям и полу.

Всего обучающихся с средней вероятностью рисковогго поведения:	7 человек		
	в т.ч. из них:	всего в параллели	девочки
8 классы	1	0	1
9 класс	5	4	1

Наибольшее количество учащихся с средней вероятностью рискованного поведения обучается в 9 классе. Среди них девочек больше, чем мальчиков.

Средние показатели факторов риска и факторов защиты по шкалам СПТ (обучающиеся 7-11 классов)

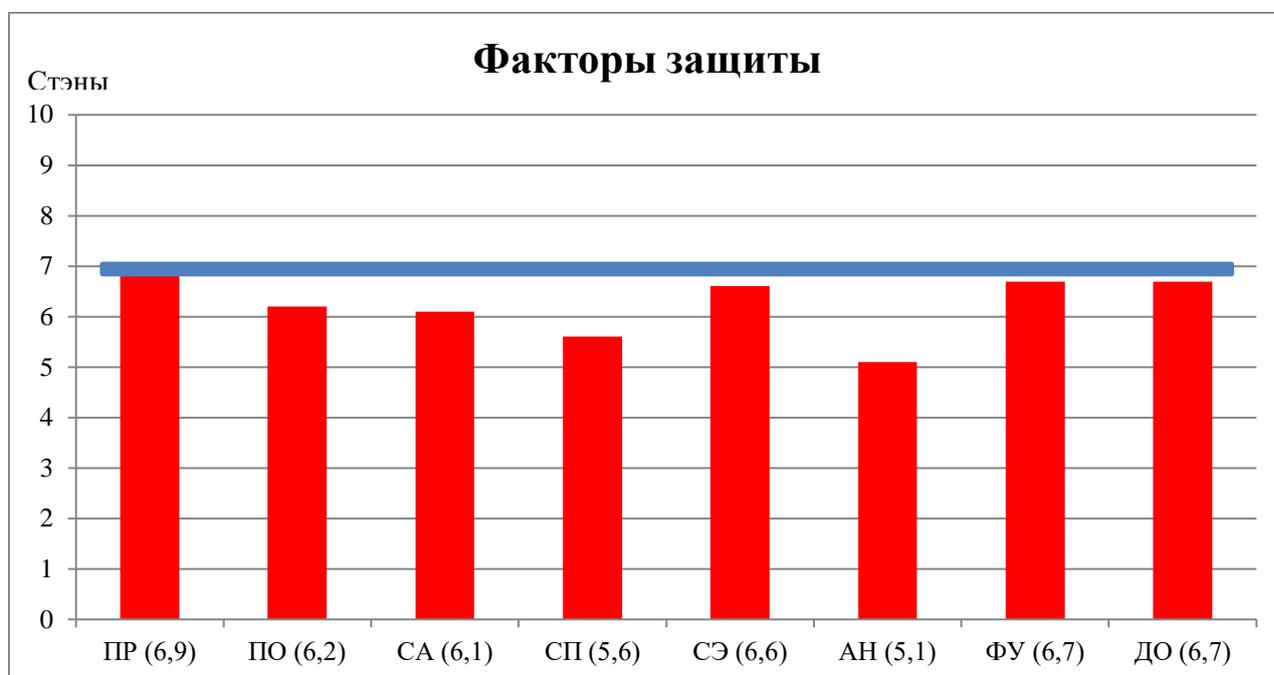


Факторы риска – социально-психологические условия, повышающие угрозу вовлечения в зависимое поведение.

- 1. ППЗ (плохая приспособляемость, зависимость)** – отсутствие активного приспособления и самоизменения во всех необходимых индивидуальных и личностных свойствах и качествах, применительно к изменяющимся или новым условиям социокультурной среды, использование пассивных и преимущественно регрессивных стратегий поведения. В кластер плохой приспособляемости и зависимости входят: ведóмость, поиск опеки и покровительства, неуверенность в себе, неопределенность интересов и жизненных целей, безработность, наивность в представлениях о жизни, несамостоятельность, депрессивное реагирование на трудности, осознанное избегание любых ситуаций преодоления, пассивно-потребительское отношение к жизни – **5,9 стэн, что характеризуется как нормальная социальная адаптивность.**
- 2. ПВГ (потребность во внимании группы)** – потребность получать позитивный отклик от группы в ответ на свое поведение, с чем также связаны стремления нравиться, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым (понравиться), в связи с чем отмечается повышенная восприимчивость к воздействию группы или ее членов. В гипертрофированной форме эта потребность может проявляться в виде неспособности переносить групповое психологическое давление, в стремлении угождать, в болезненном страхе конфликтов и желании избежать их любым способом, в полном подчинении себя группе, в готовности полностью изменить свое поведение и установки вплоть до подавления собственной аутентичности – **6,4 стэна, что характеризуется нормальной включенностью личности с систему развитых контактов и отношений.**
- 3. ПАУ (принятие асоциальных (аддиктивных) установок)** – «...совокупность когнитивных, эмоциональных и поведенческих особенностей, пробуждающих гедонистическое отношение к жизни. Они выражаются в появлении сверхценного эмоционального отношения к объекту аддикции. Начинают преобладать мысли и разговоры об объекте аддикции. Усиливается

механизм рационализации – интеллектуального оправдания аддикции (“все курят”, “без алкоголя нельзя снять стресс”, “кто пьет, того болезни не берут” и т. д.). Вследствие этого снижается критичность к негативным последствиям аддиктивного поведения и аддиктивному окружению (“все нормально”, “я могу себя контролировать”, “наркоманы – хорошие, интересные люди” и т. д.)» - **6,9 стэна, что характеризуется отсутствием склонности принимать социально неодобряемые установки.**

4. **СР (стремление к риску)** – побуждение к созданию, поиску, повторению ситуаций, прямо или потенциально опасных для жизни, с целью получения от этого удовольствия. Удовольствие получает от переживания и последующего преодоления страха и иных острых ощущений в ситуации опасности. Прямо или косвенно опасность различной интенсивности создается и для окружающих людей, не вовлеченных в круг аддиктивного (рискового) поведения. Выступая в качестве автономного побуждения, стремление к риску также входит в симптоматику аддиктивного поведения. В качестве примера стремления к риску можно отметить паркур, роуп-джампинг, банги-джампинг, бэйс-джампинг, руфинг, любовь к вечеринкам, на которых отсутствуют нормы поведения («wild parties», «вписки»), модификации тела и т. п. – **6 стэн, что характеризуется как: нормативно выраженная готовность рисковать.**
5. **ИМ (импульсивность)** – устойчивая склонность действовать по первому побуждению, зависимость поведения или личностной позиции от случайных внешних обстоятельств, внешнего эмоционального фона или спонтанных внутренних побуждений – **6,2 стэн – характеризуется тем, что может «держать себя в руках» подавляет эмоции и показывает где необходимо.**
6. **ТР (тревожность)** - предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающих, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству, напряженности – **6,6 стэн - тревожность возникает в значимых для личности ситуациях.**
7. **ФР (фрустрированность)** – «...психическое состояние тягостного переживания, вызываемое невозможностью удовлетворения уже активированной, актуализированной потребности, достижения значимой цели. Объективные и субъективные факторы, производящие фрустрацию, классифицируются на три генеральные категории – фрустрация задержкой (препятствием) удовлетворения потребности; фрустрация срывом поведения, направленного на удовлетворение активированной потребности; фрустрация конфликтом» (характерна только для учащихся 10-11 классов) – **7, 4 стэн - низкая фрустрационная толерантность.**
8. **ДЕ (склонность к делинквентности)** – склонность, стремление к совершению асоциальных, сознательных, волевых, конкретных деяний отдельным лицом или группой лиц, обладающих деликтоспособностью, за которые предусмотрена определенная юридическая ответственность. Таким образом, за деликтом (правонарушителем) признается обладание им правоспособностью, дееспособностью и деликтоспособностью (характерна только для учащихся 10-11 классов) - **7, 4 стэн - низкая фрустрационная толерантность.**



Факторы защиты – факторы, повышающие психологическую устойчивость личности к воздействию факторов риска.

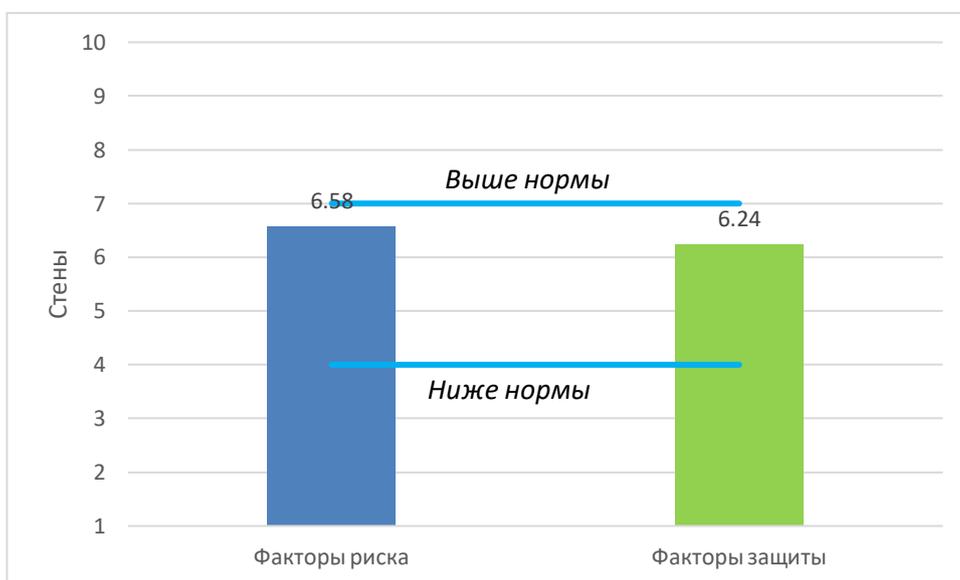
1. **ПР (принятие родителями)** – поведение и отношение родителей, формирующее у обучающегося чувство своей значимости, нужности, дающее субъективно достаточное чувство любви, теплоты человеческих отношений, способствующее формированию психологического благополучия личности – **6,9 стэн – норма.**
2. **ПО (принятие одноклассниками)** – поведение и отношение сверстников, формирующее у обучающегося чувство принадлежности к группе и сопричастности к общим целям и интересам, развивающее способность вступать в отношения и быть в них без потери собственной аутентичности и автономности, способность отстаивать себя и свою позицию в спорах или конфликтах без разрушения межличностных отношений – **6,2 стэн - пользуются авторитетом у группы обучающихся.**
3. **СА (социальная активность)** – «...действия и способы поведения, связанные с принятием, преобразованием или новым формулированием общественной задачи (деятельности), обладающей просоциальной ценностью. В результате осознается социальный смысл решения общественной задачи, идет процесс соотнесения с ней собственного “Я” личности, доминирует внутренняя мотивация, выражающая позицию субъекта. В итоге личность принимает на себя определенные обязательства, становится субъектом ответственности и добивается значимых результатов. По мере “восхождения” от социального индивида к личности возрастают роль иницилирующих действий, качество и общественная значимость результатов». Социальная активность личности тесно связана с явлением социальной включенности личности, которая определяет меру установления оптимальных связей между конкретной личностью и конкретной социокультурной средой – **6,1 стэн - преобладают мотивы долга и ответственности при ограниченном круге интересов.**
4. **СП (самоконтроль поведения)** – способность управлять своими эмоциями и действиями, противостоять случайным внешним стимулам или спонтанным внутренним импульсам, сдерживать себя и вести себя адекватно обстоятельствам или социальной ситуации. Обычно самоконтроль поведения противопоставляется импульсивности – **5,6 стэн - рассудочный контроль принимает участие в регуляции поведения.**
5. **СЭ (самоэффективность)** - уверенность в своих силах достигать поставленных целей, несмотря на препятствия или физические и эмоциональные затраты, уверенность в эффективности собственных действий и ожидание успеха от их реализации. Самоэффективность определяется шириной диапазона паттернов поведения, приобретенным опытом, наличием подкрепления,

самооценкой (только для учащихся 10-11 классов) – **6,6 стэн - самооффективность проявляется ситуативно.**

6. АН (адаптированность к нормам) – процесс и результат активного приспособления личности к условиям социальной среды (среде жизнедеятельности) путем усвоения 3 Переменная «Самооффективность» представлена в формах В и С ЕМ СПТ, в форме А она отсутствует. 4 социальных целей, ценностей, норм и стилей поведения, принятых в обществе, предполагающие их согласование с потребностями и стремлениями самой личности – **5,1 стэн - творческие натуры, для которых запреты- прекращение самореализации.**

7. ФУ (фрустрационная устойчивость) – способность без выраженных негативных переживаний отсрочить во времени удовлетворение актуализированной потребности или достижение значимой цели, опираясь на когнитивную оценку имеющихся условий и собственных возможностей – **6,7 стэн - кратковременно сохраняет равновесие к фрустрирующим ситуациям.**

8. ДО (дружелюбие, открытость) – благожелательное, дружественное отношение к другим людям, способность доверять и быть открытым новым отношениям, способность быть в согласии с людьми разных взглядов и убеждений (только для учащихся 10-11 классов) – **6,7 стэн - развитость коммуникативной сферы.**



По результатам анализа факторов риска и факторов защиты была разработана таблица, в которой отражены направления работы по результатам СПТ.

Для ведения эффективной профилактической работы необходимы согласованные действия всех участников образовательных отношений. В зависимости от обстоятельств и условий реализации эти действия могут быть различными, однако совершенно необходимо личностно-профессиональное отношение педагогов к тому процессу, в который они предлагают включиться учащихся и их родителей. Усилия педагогических работников, в итоге, должны способствовать формированию безопасной, комфортной и здоровьесберегающей образовательной среды, позволяющей удовлетворять весь комплекс социальных и личностных потребностей учащихся, способствовать их просоциальному самопроявлению и самовыражению в атмосфере взаимного доверия, поддержки, уважения личности каждого.

Наименование фактора	Целевая группа	Направленность мероприятий по коррекции факторов	Примеры мероприятий	Диагностический инструментарий
Факторы риска				
<p>ППЗ (плохая приспособляемость, зависимость)</p>		<ul style="list-style-type: none"> – развитие умения коммуникативных навыков, умения отстаивать собственную позицию, делать самостоятельный выбор; – формирование навыков самопознания, представлений о личных границах и защите своего персонального пространства, осознание ответственности за последствия своего поведения; – обучение адекватным способам эффективного разрешения конфликтных ситуаций; – создание условий для определения жизненных целей и самоопределения; - способствовать развитию навыкам противостоять манипуляциям, обучение моделям асертивного поведения. 	<ul style="list-style-type: none"> - Т. М. Макарычева «Тренинг по развитию коммуникативных навыков для подростков 12-15 лет»; - коррекционно-развивающие занятия для подростков с трудностями социальной адаптации 	<p>Тест «Склонность к зависимому поведению» (В.Д.Менделевич)</p> <p><i>Дополнительно:</i></p> <p>Методика многофакторного исследования личности Кэттелла (16PF, форма С, 105 вопросов).</p> <p>Тест «Поддаётся ли Вы чужому влиянию» (Н.В. Киршева – Н.В. Рябчикова).</p>
<p>ПВГ (потребность во внимании группы)</p>		<ul style="list-style-type: none"> – включение во внеурочную деятельность и систему дополнительного образования; – использование метода делегирования полномочий, с постепенной передачей функций обучающемуся для достижения конкретных общих целей; – на уроках спрашивать первым, давать возможность выразить собственное мнение; – развитие адекватной самооценки, актуализация представлений о себе; – обучение поведенческим стратегиям и сопротивлению групповому влиянию манипуляциям 	<ul style="list-style-type: none"> - вовлечение в дела класса или школы с четко обозначенной зоной ответственности учащегося. - участие в групповых тренингах, конкурсов рисунков, плакатов, брошюр, видеороликов, социальных инициатив, творческих выступлений и пр. посвященных здоровому образу жизни и ценностям здоровьесбережения. 	<p>Методика «Оценка потребности в одобрении» (Д.Краун и Д.Марлоу)</p> <p>Тест «Поддаётся ли Вы чужому влиянию» (Н.В. Киршева – Н.В. Рябчикова).</p> <p><i>Дополнительно:</i></p> <p>Методика многофакторного исследования личности Кэттелла (16PF, форма С, 105 вопросов).</p>

		(контраргументации, конструктивной критики, психологической самообороны, конфронтации, уклонения) формирование навыков поведения, устойчивого к внешнему воздействию.		«Иерархия потребностей» модификация И.А. Акиндиновой Методика склонности к различным зависимостям (Г.В. Лозовая) Методика Лутошкина
ПАУ (принятие асоциальных (аддиктивных) установок)		<ul style="list-style-type: none"> - способствовать осознанию жизненных целей, определению значимости и важности этих целей; - формирование установок на здоровый образ жизни; - включение обучающегося в значимую для него и социума деятельность, включение в систему дополнительного образования; -развитие конструктивных навыков общения, развитие критичности к себе и своему поведению; - способствовать развитию способности противостоять негативным воздействиям социальной среды. 	<ul style="list-style-type: none"> - проведение классных и школьных мероприятий, направленных на формирование ЗОЖ; - проведение профилактических бесед о вреде пагубных привычек; проведение школьных спортивных мероприятий; - проведение тренингов по развитию навыков общения. 	Методика Терстона по выявлению ценностных ориентаций и социальных установок подростка (адаптированная С.А. Беличевой) <i>Дополнительно:</i> Методика склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус) Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орёл) Методика многомерного шкалирования по выявлению референтных ориентаций подростков (С.А. Беличева)
СР (стремление к риску)		<ul style="list-style-type: none"> - повышение информированности обучающихся о последствиях рискованного поведения; - расширение представлений о критическом мышлении, рефлексии личностных качеств; 		Тест склонности к риску (К. Левитин) <i>Дополнительно:</i>

		<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью (дополнительную возможность получения помощи могут обеспечить - различные службы, телефоны доверия и др.); - формирование представлений об ответственном поведении, формированию навыков безопасного отстаивания своего мнения; - организовать сотрудничество или ставить в пример работы представителей полиции, МЧС, спасателями, службами пожарной безопасности (как яркий пример рискованного социально значимого поведения); - обучать навыкам оказания доврачебной помощи; - способствовать осознанию ценности жизни. 	<p>Методика многофакторного исследования личности Кэттелла (16PF, форма С, 105 вопросов).</p> <p>Методика диагностики степени готовности к риску Шуберта</p>
<p>ИМ (импульсивность)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - получение дополнительных знаний об индивидуально-типологических особенностях; - обучение осознанию своих внутренних ресурсов, навыкам саморегуляции, рефлексии, произвольного контроля, методам планирования и анализа; - проведение тренинговых занятий по развитию коммуникативных способностей; - поощрять занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статистической нагрузкой (например: бег, лыжи и др.) 	<p>Опросник для исследования уровня импульсивности В.А. Лосенкова</p> <p><i>Дополнительно:</i></p> <p>Тест-анкета «Эмоциональная направленность» (Б.И.Додонов)</p> <p>Методики экспресс-диагностики В.В.Бойко (особенности психоэмоционального состояния)</p> <p>Методика экстресс-диагностики неуправляемой эмоциональной возбудимости</p>

<p>ТР (тревожность)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - развитие умения осознавать и анализировать свое эмоциональное состояние; - развитие уверенности в своих силах; - создание ситуаций успешности (целенаправленное, организованное сочетание условий, при которых создается возможность достичь значительных результатов деятельности как отдельно взятой личности, так и коллектива в целом); - проведение групповых и индивидуальных занятий, направленных на повышение самооценки, развитие коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости; - способствовать осознанию связи между негативными эмоциями и конфликтными ситуациями; - развитие навыков саморегуляции, развитию умения осознавать эмоциональные состояния других; - соблюдение педагогического такта и норм педагогического общения. 	<ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнения на развитие уверенности; - тренинги «Повышение уверенности в себе», «Как стать уверенней в себе»; - занятия «Повышение самооценки у подростков». - занятия по формированию жизнестойкости учащихся; - использование упражнений, направленных на формирование навыков саморегуляции подростков. 	<p>«Шкала реактивной (ситуативной) и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера-Ю.Л. Ханина»</p> <p><i>Дополнительно:</i></p> <p>Тест школьной тревожности Филлипса</p> <p>Шкала депрессии А.Т.Бека (для подростков)</p> <p>Шкала личностной тревожности А.М. Прихожан</p> <p>Интегративный тест тревожности (Бизюк А.П., Вассерман Л.И., Иовлева Б.В.)</p>
<p>ФР (фрустрированность)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - способствовать осознанию подростками своих целей и способов их достижения, актуализации внутренних ресурсов; - развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.); 		<p>Тест фрустрационных реакций Розенцвейга</p> <p>«Методика диагностики уровня социальной фрустрированности» Л.И.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - формирование способности к эмпатии, к позитивному принятию других, асертивности, гибкости поведения; - способствовать осознанию подростками своей жизненной программы, умению планировать желаемый результат; - способствовать осознанию подростками особенностей своего мышления в трудной жизненной ситуации; 	<p>Вассерман (модификация В.В. Бойко)</p> <p>Вербальный фрустрационный тест Л.Б. Собчик</p>	
<p>ДЕ</p> <p>(склонность к делинквентности)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - способствовать развитию умения правильно оценивать свои и чужие действия; - способствовать развитию способности адекватно выражать свои чувства; - способствовать осознанию рисков формирования различного рода зависимостей; - развитие навыков общения, обучение конструктивным стратегиям решения конфликтов, развитие чувства долга, ответственности. 	<p>Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орёл)</p> <p>Патохарактерологический диагностический опросник (ПДО) А.Е. Личко</p> <p>«Мой круг общения» Т.Ю. Андрющенко</p>	
Факторы защиты				
<p>ПР</p> <p>(принятие родителями)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) по вопросам воспитания, развития, коррекции детско-родительских отношений, совместного проведения досуга, формирования семейных традиций и ценностей; - включение ребенка в социально значимую деятельность (ощущение нужности); - формирование чувства уверенности, повышение самооценки, развитие ресурсных возможностей и способностей ребенка; - соблюдение педагогического такта и норм педагогического общения. 	<ul style="list-style-type: none"> - проведение цикла бесед с родителями (законными представителями) по вопросам воспитания, развития и коррекции детско-родительских отношений; - организация общешкольных мероприятий с привлечением родителей; - привлечение к общешкольным делам, делегирование обязанностей с учетом индивидуальных особенностей и создание ситуации успеха. 	<p>Тест «Неоконченные предложения» Сакса Леви</p> <p>Методика Рене Жилия</p> <p>Методика «Рисунок семьи»</p>

ПО (принятие одноклассниками)		<ul style="list-style-type: none"> - проведение социометрического обследования, изучение психологического климата в классе; - способствовать осознанию себя в пространстве взаимодействия с другими; - организация деятельности по профилактике буллинга; - организация работы над сплочением коллектива; - включение в совместную деятельность или взаимодействия в группах, демонстрация ресурсных возможностей каждого; - оказание психолого-педагогической поддержки, развитие коммуникативных навыков, формирование уверенности в себе, повышение самооценки. 		<p>Метод социометрических измерений Дж.Морено</p> <p><i>Дополнительно:</i></p> <p>Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (Ф.Фидлер)</p> <p>Цветовой тест отношений (тест А.И.Лутошкина)</p>
СА (социальная активность)		<ul style="list-style-type: none"> - включение во внеурочную деятельность, систему дополнительного образования; - включение в социально значимую деятельность; - поддержка развития самостоятельности и инициативы; - формирование мотива достижения успеха, повышение уверенности; - обучение навыкам планирования и контроля собственной деятельности, саморегуляции. 	<ul style="list-style-type: none"> - привлечение к деятельности волонтерских отрядов, трудовых бригад; - организация досуговой деятельности 2 половины дня. - привлечение к общешкольным и внутриклассным делам. 	<p>Тест жизнестойкости Мади</p> <p>Тест на уровень социальной адаптации</p> <p>Опросник по выявлению уровня социальной активности, адаптированности, автономности, воспитанности</p>
СП (самоконтроль поведения)		<ul style="list-style-type: none"> - способствовать обучению навыков саморегуляции; - развитие навыков самостоятельности и личной ответственности; - повышение контроля, навыкам конструктивного общения развитие ценностных ориентаций. 	<ul style="list-style-type: none"> - индивидуальные поручения внутри класса и внутри школы; - обозначение критериев оценки полученных результатов; - обучение навыкам самоанализа полученных результатов; 	<p>Опросник «Стиль саморегуляции – поведения – ССП» (В. И. Моросанова)</p> <p>Методика диагностики оценки самоконтроля в общении М. Снайдера</p>

			- обучение навыкам выявления негативных последствий и обучение составлению плана по их устранению.	
СЭ (самоэффективность)		<ul style="list-style-type: none"> - формирование уверенности в своих силах; - повышение самооценки, мотива достижения успеха; - обучение целеполаганию, умению планировать и достигать поставленные цели; - способствовать осознанию ценности времени (режим дня); - способствовать развитию умения справляться с жизненными трудностями. 		Методика на самоэффективность Маддукса и Шеера
АН (адаптированность к нормам)		<ul style="list-style-type: none"> - формирование социально-ответственного поведения; - построение системы ценностей и этического сознания как ориентиров собственного поведения; - развитие навыков общения, способности устанавливать контакты, слушать, выражать свои мысли и чувства; - развитие психологической устойчивости, эмоциональной стабильности, навыков справляться со стрессом и преодолевать трудности. 	<ul style="list-style-type: none"> - привлечение к участию в деятельности на пользу класса, школы или семьи; - проведение классных часов «Мои жизненные ценности», «Жизненные ценности моей семьи»; - развитие коммуникативных навыков и умений; - занятия по теме: «Стресс и способы саморегуляции». - упражнения на формирование эмоциональной устойчивости. 	«Методика диагностики социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймонда»

<p>ФУ (фрустрационная устойчивость)</p>		<ul style="list-style-type: none"> - развитие навыков целеполагания и планирования, способности оценивать реальную ситуацию и находить выход из нее. - повышение стрессоустойчивости, формирование умения выбирать конструктивные формы фрустрирующей ситуации. 	<ul style="list-style-type: none"> - игры и упражнений на развитие навыков поисков решений; - тренинг «Кризис и выход», Тренинг «Стресс и способы саморегуляции». 	<p>Методика «Шкала эмоциональной стабильности-нестабильности (нейротизма)» Г.Айзенка</p> <p>Тест жизнестойкости Мади</p>
<p>ДО (дружелюбие, открытость)</p>		<ul style="list-style-type: none"> – развитие умения слушать понимать других, толерантности, уважения мнения, чувства других людей, способности к сотрудничеству и умение находить общий язык с разными людьми. – формирование позитивного мышления, уверенности в себе, своих способностях, искренность и честность с собой и с другими; - формирование навыков представлений о личных границах и защите своего персонального пространства. 		<p>Тест К. Томаса «типы поведения в конфликте» адаптирован Н.В. Гришиной</p> <p>Тест «Определение личностной агрессивности и конфликтности» по Е.П.Ильину и П.А.Ковалеву</p> <p>Методика «Индекс жизненного стиля» (Р.Плутчик, Г. Келлерман, Х.Р.Конте)</p>