

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №24»**

РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
МБОУ СОШ №24
протокол № 1 от 30.08.2021г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ СОШ №24
№ 160/12-ОД от 31.08.2021г.

**Концепция
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №24»
по сохранности психологического здоровья обучающихся**

1. Общие положения

Современное детство имеет ряд особенностей, влияющих на формирование психических нарушений школьников: неконтролируемые информационные потоки, повышенный уровень ожиданий родителей, педагогов, разбалансированный режим труда и отдыха, психоэмоциональные перегрузки.

По данным исследований НИИ психиатрии Российской Федерации, распространенность основных форм психических заболеваний (неврозы, психопатии, девиантное поведение) в детском возрасте составляет 15%, а в подростковом — 20–25%.

Специалистами образования отмечается рост количества школьников с нервнопсихическими расстройствами, пограничными состояниями, поведенческими нарушениями, нарушениями эмоционально-волевой, познавательной, мотивационной сфер личности обучающихся.

Профилактика психических нарушений в образовательном учреждении является актуальной в интересах сохранения психологического здоровья школьников.

Концепция по сохранности психологического здоровья обучающихся МБОУ СОШ №24 (далее Концепция) представляет собой систему взглядов, принципов и приоритетов в психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся.

Концепция разработана во исполнение Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства образования и науки РФ от 28.12.2008 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

Концепция указывает способ построения системы здоровьесохраниющих условий и средств обучения и воспитания на основе целостного понимания их сущности, психолого-физиологических процессов, сопряженных с обучением и воспитанием обучающихся. Она призвана перевести деятельность в системе МБОУ СОШ №24 в режим творческого производства собственных замыслов и опыта отдельного учителя и коллектива школы в целом. Она обеспечивает понимание необходимости технологического подхода к образованию как реально гуманно-нравственной деятельности.

2. Характеристика основных понятий

Деятельность - свойственная исключительно человеку форма активного отношения к окружающему миру, содержание которой составляет его целесообразное изменение и преобразование.

Обучающийся - лицо, получающее образование в образовательной организации, вне зависимости от уровня осваиваемой образовательной программы, формы обучения, режима пребывания в образовательной организации;

Здоровьесберегающая образовательная технология представляется как функциональная система организационных способов управления учебно-познавательной и практической деятельностью обучающихся научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их физического и психологического здоровья.

Здоровье определяется:

как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов;

как совокупность физических и духовных способностей (жизнеспособность), которыми располагает организм, личность;

как целостное многомерное динамическое состояние, в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экономической среды, позволяющие человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции.

Таким образом, понимание здоровья различно, но в каждом определении упоминается психологическое (духовное) здоровье личности в качестве важного звена в понимании здоровья.

Психологическое здоровье — это динамическая совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между различными сторонами личности человека, а также между человеком и обществом; возможность полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности.

Факторы, влияющие на качество психологического благополучия школьников, разнообразны:

- уровень информированности (наличие заблуждений, мифологии, своевременное обращение за психологической поддержкой),

- наличие комплекса личностных особенностей (стремление к впечатлениям, низкая стрессоустойчивость, тревожность, неуверенность, низкий самоконтроль и др.),
- особенности семейной ситуации (семейное неблагополучие, отстраненность родителей от жизни детей, несостоятельность родителей в оказании психологической помощи),
- особенности социокультурной ситуации (мода на рискованный образ жизни, наличие социальных групп с негативной направленностью, развитие социальных сетей, сообществ).

3. Научные, методологические и методические основания Концепции

Истоки психологии здоровья как одного из направлений медицинской психологии, можно найти в появившейся в 1930-х годах психосоматической медицине, которая во многом опиралась на психиатрию. В дальнейшем изучение роли психологии в этиологии заболеваний привело к примерно одновременному возникновению новых отраслей двух наук: поведенческой (бихевиоральной) медицины и психологии здоровья. Обе отрасли рассматривали здоровье и болезнь как результат взаимодействия биологических, психологических и социальных факторов.

Психология здоровья — это наука о психологических причинах здоровья, о методах и средствах его сохранения, укрепления и развития.

Психологи здоровья рассматривают вопросы изменения мотивации человека по отношению к здоровому образу жизни, опираясь на теории, посвященные психическому здоровью. Следовательно, для нас представляется важным определить с понятием «психическое здоровье»

Глубокий анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме психического здоровья, выполненный московским психологом В.Э. Пахальяном, показывает, что психическое здоровье нередко рассматривается как отсутствие нарушений психики, психического нездоровья. В свою очередь, Всемирная организация здравоохранения наряду с определением понятия «здоровье» предлагает определение понятия «психическое здоровье», подразумевающее отсутствие выраженных психических расстройств, наличие определенного ресурса, позволяющего преодолевать неожиданные стрессы и затруднения, а также «равновесие между человеком и окружающим миром, гармонии между ним и обществом, сосуществование представлений отдельного человека с представлениями других людей об «объективной реальности» (Сарториус Н., 1983, цит. по: Пахальян В.Э., 2006)

Рассматривая психическое здоровье как собственную «жизнеспособность индивида», а человечность — как «свободный, сознательный и ответственный

выбор поведения», В.И.Слободчиков и А.В.Шувалов отмечают, что совокупность (интеграл) жизнеспособности и человечности индивида является нормой психологического здоровья.

Термин «психологическое здоровье» введен в научный словарь Н.В.Дубровиной. При этом под психологическим здоровьем понимаются психологические аспекты психического здоровья, т.е. то, что относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа. Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе жизнедеятельности. С одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

В настоящее время понятие «психологическое здоровье» активно разрабатывается. Наиболее адекватным и ориентированным на практическую работу с детьми является подход О.В. Хухлаевой, которая рассматривает психологическое здоровье, как одну из важнейших характеристик личности, как совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между различными сторонами личности человека, между индивидом и обществом, а также возможность полноценного функционирования человека в процессе жизнедеятельности. Таким образом, с одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей его жизни.

О.В. Хухлаева описывает психологическое здоровье как систему, включающую в себя аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты. При этом аксиологический компонент содержательно представлен ценностями собственного «Я» человека и ценностями «Я» других людей. Ему соответствует как абсолютное принятие самого себя при достаточно полном знании себя, так и принятие других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т. п.

Инструментальный компонент предполагает владение человеком рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать свое сознание на себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими. Ему соответствует умение человека понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, возможность свободного и открытого проявления чувств без причинения вреда другим, осознание причин и по следствий как своего поведения, так и поведения окружающих.

Потребностно-мотивационный компонент определяет наличие у человека потребности в саморазвитии. Это означает, что человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, выступающий

двигателем его развития. Он полностью принимает ответственность за свое развитие и становится «автором собственной биографии» (В. И.Слободчиков).

4. Принципы организации психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся

«Принцип», в переводе с латинского языка обозначает основу, первоначало, руководящую идею, основное правило, основное требование к деятельности, поведению и пр.

Общие принципы определяют следующее содержание:

- интеграция всех сил, органическое единство всех структурных подразделений МБОУ СОШ №24 с целью обучения и воспитания обучающихся в условиях, обеспечивающих им физическое, психическое и духовно-нравственное здоровье;

- гуманизация, усиление внимания к личности каждого обучающегося как высшей социальной ценности общества, установка на формирование гражданина с высокими интеллектуальными, моральными и физическими ценностями;

- дифференциация и индивидуализация обучения и воспитания, создание условий для полного проявления и развития способностей каждого обучающегося;

- демократизация, создание предпосылок для развития активности, инициативы и творчества обучения обучающихся и педагогов, заинтересованное взаимодействие всех участников образовательного процесса в становлении и функционировании психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся;

- научная организация учебно-трудовой деятельности субъектов образовательного процесса; внедрение современных педагогических технологий здоровьесбережения обучающихся;

- антропологичность, целостность человека, его психосоматическое, социокультурное, духовное и физическое единство; взаимосвязь и взаимовлияние социальной среды и личности в направлении развивающей культурно-созидательной деятельности.

Системный анализ содержания образования, образовательного процесса и существенных характеристик педагогических технологий позволил выделить и сформулировать ряд важных технологических принципов, которые необходимо учитывать при организации психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся.

1. Принцип единства связи элементов системы психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья

обучающихся. Основные составляющие ее элементы (информационная, инструментальная и кадровая) взаимосвязаны и взаимозависимы: изменение одной из них непременно требует изменения двух других.

2. Принцип диагностичности целеполагания.

3. Принцип функциональной полноты и функциональной взаимосвязи содержания здоровьесберегающей технологии.

Полная реализация здоровьесберегающей технологии возможна в том случае, если она охватывает одновременно все составляющие образовательной системы (информационную, инструментальную и кадровую) и компоненты (педагогические, психологические, медицинские) социальной среды, имеет материально-финансовое и правовое обеспечение, формирует все признаки качеств культуры здорового образа жизни. Содержание воспитания должно быть представлено (изложено, изучено, освоено) только конкретными методами в конкретных условиях и формах.

4. Принцип открытости функциональных и методических действий.

Все, что делается в процессе внедрения и становления психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся, должно быть понятным, логически обоснованным и информационно открытым для обучающихся и педагогов, являться их осознанной деятельностью.

5. Принцип объективной оценки конечного результата.

Один из главных принципов, лежащих в основе образовательных технологий. Только при выполнении этого требования возможен продуктивный контроль и коррекция, поиск способов управления и исправления допущенных ошибок.

6. Принцип преемственности и завершенности.

Данный принцип состоит в согласованности не только содержания, но и технологической модели, форм учебной деятельности на разных ступенях образования как в макро, так и в микроструктуре. На каждой следующей ступени расширяются и углубляются представления, знания, умения и навыки, происходит переход с низкого уровня на более высокий. Причем решение цели обязательно, трансформация структур-стратегии образовательной здоровьесберегающей системы в собственную личностную структур-стратегию обучающегося и педагога необходима. Более того, «закрытый» здоровьесберегающий учебный процесс должен иметь выход в систему внеучебной деятельности, обеспечивающую удовлетворение потребностей и интересов субъектов образования в культуре здорового образа жизни.

7. Принцип вариативности средств, методов и организационных форм внедрения здоровьесберегающих технологий в образовании.

Широкий спектр и разнообразие средств, методов, организационных форм и видов технологий по сохранности психологического здоровья обучающихся

обеспечивает полноценность образовательной системы, предоставляет свободу творчества, инициативы и деятельности, но в условиях концепции принципов и слагаемых составляющих и обеспечивающих ее.

8. Принцип оптимизации.

Данный принцип требует в каждом конкретном случае выбора наилучшего варианта плана деятельности, то есть наилучшего варианта содержания средств, форм, методов внедрения и функционирования технологий, по сохранности психологического здоровья обучающихся, затрат времени, усилий, степени трудности, научности, создания оптимальных условий для деятельности (учебно-материальных, санитарно-гигиенических, морально-психологических, культурно-эстетических); умелого стимулирования и регулирования действий; оперативного контроля и коррекции деятельности.

Иначе говоря, принцип оптимизации требует, чтобы каждый элемент психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся и организация деятельности по ее обеспечению достигли не просто несколько лучших, чем прежде, а именно максимально возможных, наилучших для МБОУ СОШ №24 конкретных условий, в которых оно функционирует.

Оптимизация исключает гиперболизацию отдельных методов, приемов и средств деятельности, способов обучения и воспитания, преувеличение роли шаблонных, трафаретных методических разработок, которые не учитывают конкретных условий и возможностей субъектов образования; она ведет к творческому обоснованию здоровьесберегающего педагогического процесса на его научной основе; к поиску наилучших технологических вариантов. Идея оптимизации обязательно предполагает устранение перегрузки обучающихся и педагогов работой, требует обеспечения оптимального уровня трудности, оптимального варианта освоения учебного материала, темпа обучения и воспитания, объема самостоятельной работы, оптимального сочетания трудовой деятельности и отдыха.

Оптимальность является таким принципом, который предъявляет требования рациональности, разумности, чувства меры в применении всех принципов научной организации труда, не противоречит закономерностям функционирования технологии, а, напротив, конкретизирует ее важные психолого-педагогические стороны. Оптимизация условий сохранения и укрепления психологического здоровья субъектов образовательного процесса не представляет собой какой-то особый технологический метод и прием. Это целенаправленный подход к построению психолого – педагогического сопровождения сохранности психологического здоровья обучающихся на основе закономерностей и принципов обучения и воспитания, сознательный научно-обоснованный (а не стихийный, не спонтанный) выбор наилучшего варианта построения учебно-воспитательного процесса в целом.

5. Цели, задачи и направления психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся

Известно, что понятие «здоровье» определяется ЮНЕСКО как отсутствие патологических отклонений в организме и состояние полного комфорта: физического, психического и социального. Правомерно и необходимо также добавить, что и духовного. В отношении здоровьесберегающей системы образования данное определение можно представить в следующей специфике: здоровье - это такое психофизическое и духовное состояние обучающихся, которое обеспечивает им достаточно высокий уровень интеллектуальной и физической работоспособности, а также индивидуализации в адаптации к постоянно изменяющейся учебной и социальной среде.

Из этого следует, что целью психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся должно выступать обеспечение условий физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

Исходя из сказанного, педагогическими качественными диагностируемыми и проверяемыми характеристиками здоровья обучающегося определяются следующие показатели: общая работоспособность; физическое развитие, физическая подготовленность; социальная психологическая адекватность, уравновешенность и отсутствие выраженной тревожности; совокупность социально-духовных ценностей личности, обеспечивающих культуру поведения, а характеристиками здоровья учителя выступают психофизическая готовность к профессиональной деятельности, высокая степень ее активности и продуктивность.

Перечисленные показатели качественных характеристик здоровья субъектов образовательного процесса определяются подбором известных в науке критериев этих качеств, которые измеряются, исследуются апробированными методами (тесты, педагогические наблюдения, опросы, самооценка).

Таким образом, информационная составляющая психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся являет собой идеологию - логически обоснованную идею, опирающуюся на общие и технологические принципы, на основе которых должна моделироваться организационно-функциональная деятельность, ибо любая система создается для того, чтобы она функционировала.

Следовательно, концептуальный подход обеспечивает целостное представление о психолого – педагогической деятельности по сохранности

психологического здоровья обучающихся, здоровье субъектов образовательного процесса, наполняет конкретным содержанием операциональную составляющую педагогической деятельности, помогает ответить на вопрос, как и по каким направлениям следует ее реализовывать, иначе, определить основные задачи, составляющие реализацию цели. К ним необходимо отнести следующие.

- Исследование влияния традиционной структуры и форм организации учебного процесса на здоровье занимающихся; анализ психофизиологических возможностей обучающихся в отношении предъявленных требований усвоения объема учебной нагрузки в условиях различных вариантов распределения программного материала (например, рассредоточенного, комплексного и концентрированного).

- Создание психолого - педагогических и организационно - педагогических условий, обеспечивающих психическое здоровье и комфорт обучающихся посредством гуманизации и демократизации учебно-воспитательного процесса, на основе: обоснованного соответствия учебной нагрузки, объема передаваемой информации с психофизическими возможностями ее усвоения; перевода традиционной, в основном информативно-объемной системы образования в технологию обучающей, интеллектуально-преобразующей, духовной, конструктивной, творческой деятельности, основанной на постепенном повышении степени научной абстракции знаний (от феноменологической ступени к аналитико-синтетической, прогностической до аксиологической), что позволяет обучающимся интеллектуально свободно мыслить и рассуждать, переходя от изложения фактов, их каталогизации, использования бытового языка к обоснованию закономерностей явлений природы и общества, принципов и причинно-следственных связей, обуславливающих их, к анализу и синтезу информации, прогнозу событий на основе широкого использования междисциплинарных знаний и научного языка; создания интегративных дисциплин и учебно-методического их обеспечения.

- Реализации научной организации учебного труда, питания и отдыха обучающихся.

- Создание максимально возможных санитарно-гигиенических условий и соответствующей им инструментальной составляющей медико-гигиенической здоровьесберегающей технологии и др.

- Включение обучающихся в осознанную деятельность по формированию стиля культуры здорового образа жизни личности, оснащение этого процесса программным и учебно-методическим обеспечением.

- Осуществление структурного преобразования в плане создания в учебном заведении иерархической системы управления и мониторинга здоровьесберегающей системы образования.

- Формирование культуры здорового образа жизни обучающегося как в учебной, так и во вне учебной образовательно-воспитательной среде.

- Создание систем переподготовки кадров, а также социальной и финансовой поддержки инноваций в здоровьесберегающих технологиях; агитации и пропаганды.

- Оснащение программным и учебно-методическим обеспечением по проблемам психологического здоровья обучающихся.

- Осуществление психологического сопровождения образования.

В итоге, исходя из слагаемых психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся и ее характеристик можно сказать, что данная система представляет собой совокупность организационно-функциональных и психолого-педагогических установок, определяющих многовариантный набор и компоновку действий, форм, методов, приемов, операций, процедур, образовательно-воспитательных средств, обеспечивающих практико-ориентированное погружение обучающихся в специально созданную среду. Это система организованных форм и технологических единиц, сориентированных на конкретный педагогический результат (уровень здоровья и творческое использование ценностей культуры здорового образа жизни). Как и любая сложная система, она является определенным специфическим элементом социального воспитания и рассматриваться может лишь условно вне общих социально-экономических явлений. Успех реализации психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся определяется и готовностью педагогического коллектива к данной деятельности, пониманием ее сути, содержания, логики, отличия от традиционной системы образования и воспитания обучающихся.

5. Направления профилактической деятельности для сохранения психологического здоровья обучающихся и ожидаемые результаты

Профилактика психических нарушений у школьников может осуществляться по следующим направлениям:

- для обучающихся: создание и реализация модульных образовательных программ, направленных на профилактику или коррекцию психологических нарушений; предложение элективных курсов в старших классах или использование возможностей внеурочной деятельности для младших школьников, индивидуальное консультирование как в школах, так и в других учреждениях, оказывающих психологическую поддержку, создание специальных индивидуальных и групповых программ сопровождения;

- для родителей: ориентация на ресурсы семьи для оптимального удовлетворения потребностей ребенка, просвещение с целью понимания, принятия и профилактирования рисков возраста, знания тревожных

поведенческих маркеров, расширение возможности получения своевременной поддержки;

- для педагогов МБОУ СОШ №24: формирование компетентности в сфере понимания тревожных поведенческих маркеров обучающихся, принятие зоны ответственности за психологическое благополучие школьников, обучение правильному реагированию в разных ситуациях, знание регламента процедур (ПМПК, общения с родителями (законными представителями) по проблеме ребенка, с учреждениями других ведомств и др.).

Таким образом, организация эффективного сопровождения процессов развития, обучения, воспитания, социализации детей, создание особой культуры поддержки и помощи школьнику, сохранение психологического здоровья детей является важной задачей для образовательных организаций.

Уровень и качество психологического здоровья характеризуются показателями социальной, социально-психологической и индивидуально-психической адаптации личности, его индивидуальные психологические особенности, ресурсы его психики, позволяющие ему сохранять здоровье при неизбежном воздействии патогенных факторов окружающей среды.

Для сохранения психологического здоровья детей важно не только специально организованное воздействие на детей с целью снятия негативных эффектов депривации, но и психологическое просвещение педагогов и родителей с целью ознакомления их со способами правильного общения с детьми, оказание ими психологической поддержки, создания в семье и школе благоприятного психологического климата.

Осуществление в МБОУ СОШ №24 психолого – педагогической деятельности по сохранности психологического здоровья обучающихся приведет к снижению показателей школьной тревожности школьников, улучшения психологического климата в детских и педагогическом коллективах, приобщит родителей к сохранению и укреплению психологического здоровья детей.