

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ЛАЙФ-КОУЧИНГА

**как система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях введения
Федеральных государственных образовательных стандартов ООО, СОО**
Вараксина Елена Вячеславовна, педагог-психолог МБОУ «Лицей №1» г. Усолье-Сибирское

Система психологического сопровождения образовательного процесса в МБОУ «Лицей №1» разработана с учетом современных требований и задач образования, основана на идее психолого-педагогического сопровождения развития личности каждого ребенка и включенности психологической службы в процесс медико-психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса.

Приоритетной целью психологического обеспечения образования в лицее является повышение эффективности образовательной деятельности средствами психологической науки и практики.

ФГОС представляет собой совокупность требований к структуре, условиям реализации и результатам освоения основной образовательной программы основного общего и среднего общего образования, которая направлена на содействие становлению социально ответственной, критически мыслящей личности, члена гражданского общества, человека, способного к адекватному целеполаганию и выбору в условиях стремительно изменяющегося социально-культурного бытия, сознающего образование как универсальную ценность и готового к его продолжению в течение всей жизни.

Основные формы работы педагога-психолога при осуществлении психологического сопровождения.

В работе педагогов-психологов Российского образования традиционно используются как групповые, так и индивидуальные формы работы: занятие (развивающее, коррекционное) с элементами тренинговых технологий, психологический тренинг, мастер-класс, круглый стол, беседа с элементами практикума, семинар, консультация, психологическая игра, психологический урок, самодиагностика (обучающая диагностика), неделя психологии, психологический (интеллектуальный) марафон, социальный (учебный) проект.

В национальной образовательной инициативе "НАША НОВАЯ ШКОЛА" отмечается, что развитие образования значительно отстает от темпов изменения жизни в стране и мире. Поэтому необходимо, чтобы современное образовательное учреждение соответствовало целям опережающего развития, где будет обеспечено изучение не только достижений прошлого, но и технологий, которые пригодятся в будущем, где обучающиеся будут вовлечены в исследовательские проекты и творческие занятия, чтобы научиться изобретать, понимать и осваивать новое, выражать собственные мысли, принимать решения и помогать друг другу, формулировать интересы и осознавать возможности.

Молодое поколение не обладает жизненным опытом, он приходит лишь с самим ходом человеческой жизни. Не зря одной из самых развивающихся педагогических областей является социализация молодежи.

Одним из средств социализации молодежи подросткового и юношеского возраста в современной педагогике служит самоуправление как специфическая организация коллективной деятельности, которая основана на развитии самостоятельности учащихся в принятии и реализации решений для достижения значимых индивидуальных и общих целей.

В МБОУ «Лицей №1» сложились уникальные традиции, опираясь на которые была организована структура психологического сопровождения, работа которой может быть максимально эффективна через вовлечение учащихся в реальные ситуации лицейского образовательного пространства.

В наше стремительное время мы слышим много новых интересных терминов. Совсем недавно, появилось словосочетание лайф коучинг (Life Coaching). В Европе она существует около 10 лет, в России – и того меньше.

Основоположником лайф коучинга считается американский специалист по финансовому планированию Томас Дж. Леонард.

Задача лайф-коучинга состоит в том, чтобы помочь человеку реализовать себя в какой-то важной для него сфере с применением тех скрытых ресурсов и потенциала, которые ранее им не использовались.

Технология лайф-коучинга нацелена не на то, чтобы «научить человека какому-то одному навыку», а развить в нем «умение учиться» в процессе всей своей жизни, самому находя творческие решения и ответы на сложные жизненные ситуации, самостоятельно обращаясь к своим внутренним ресурсам и потенциалу для достижения наилучших результатов (чтобы уметь эффективно применять собственные академические и интеллектуальные достижения), таких как:

- Видение путей развития себя как личности, путей развития взаимоотношений
- Принятие и понимание себя
- Веру в себя и свои способности, в свою уникальность и свой успех
- Доверие себе и миру
- Силу идти вперёд по выбранному пути
- Гибкость, умение слышать, чувствовать, распознавать и быстро реагировать на изменения в мире, окружающем пространстве
- Открытость миру, возможностям, изменениям
- Эффективность в решении любых жизненных задач

Психологический центр лайф коучинга в МБОУ «Лицей №1» состоит из лабораторий, которые являются структурными элементами и служат реализации целей и задачи психологического сопровождения с активным участием обучающихся всех возрастных групп и классных коллективов. Руководитель Психологического центра лайф коучинга является педагог-психолог Елена Вячеславовна Вараксина, координаторами и активными участниками лабораторий и тематических проектов стали обучающиеся нашего лицея.

Первая лаборатория, которую хотелось бы представить, это – **ResearchLab**; она осуществляет исследовательскую, научно-исследовательскую виды деятельности в рамках работы Приемной комиссии, Научного лицейского общества, проведении различных мониторинговых исследований.

Координаторы Приемной комиссии:

1. Анганзорова Юлия, 11_ХБ
2. Томилова Надежда, 11_ХБ

Координатор сопровождения исследовательских работ обучающихся в структуре Научного лицейского общества:

1. Джафарова Алена, 11_ХБ

Научное Лицейское Общество является неотъемлемой частью лицейской жизни. Цель его работы - развитие исследовательской и проектной деятельности мотивированных ребят через активное участие в научно-практических конференциях, олимпиадах, конкурсах, форумах и проектах, в первую очередь, на лицейской конференции «Фантазия. Творчество. Открытие», а также на уровне города, региона, Федеральных окружных соревнованиях и т.д.

Старшие лицеисты, имеющие успешный опыт защиты собственных исследовательских работ и проектов являются научными координаторами у начинающих исследователей.

Формированием у обучающихся потребности в новых психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития и реализации в деятельности и общении, своевременного предупреждения возможных нарушений в становлении личности занимается **GameLab**, например, организуя встречи в дискуссионном клубе «Дебаты».

Координаторами клуба дебатов в этом учебном году наряду с опытными игроками, являются и самые юные, но и самые активные участники:

1. Габитов Олег, 11_СГ
2. Лосев Артём, 7_ХБ
3. Перевозникова Софья, 7_ХБ

Деятельность **ConsultingLab** направлена на оказание помощи участникам образовательного процесса:

- в осознании ими природы их затруднений,
- в анализе и решении психологических проблем,
- в актуализации и активизации личностных особенностей;

- содействие сознательному и активному присвоению нового социального опыта;
- помощь в формировании новых установок и принятии собственных решений;
- решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, самосознании и саморазвитии.

Это и Служба лицейской медиации (примирения), координаторами которой являются:

1. Белозёрова Анастасия, 11_ХБ
2. Рудакова Дарья, 11_ХБ

Целью Службы лицейской медиации является примирение наших лицеистов в случае возникновения конфликтов, а также предупреждение возникновения конфликтных ситуаций.

Участниками Службы медиации стали ребята из 9,10,11 классов.

В течение этого учебного года проводятся интересные тренинги по развитию навыков сотрудничества у наших лицеистов, а также адаптационные тренинги командообразования и формирования служб самоорганизации у семиклассников в начале сентября.

Координаторы тренинговой программы, направленной на повышение стрессоустойчивости лицеистов в период экзаменационного стресса:

1. Пташкина Александра, 11_ХБ
2. Герасимова Ульяна, 11_ХБ

В апреле 2018 года в рамках лицейской научно-практической конференции «Фантазия. Творчество. Открытие» был проведен тренинг с учениками разных классов на основе теста «Гомункулус», чтобы выявить причины низкой стрессоустойчивости у ребят во время сдачи экзаменов и найти пути их преодоления.

В октябре-ноябре проводятся традиционные ночные тренинги с целью повышения внутренних ресурсов у лицеистов по преодолению различных страхов, в том числе и страха перед экзаменами.

Психологический центр лайф-коучинга в нашем лицее стал надежным источником повышения уверенности в себе, укрепления самооценки, и средством активизации жизненного и профессионального самоопределения наших лицеистов.