



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
администрации
Ханты-Мансийского района
Ханты-Мансийский
автономный округ –Югра
муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского района
«Основная общеобразовательная школа д. Белогорье»

УТВЕРЖДЕНО

приказом МКОУ ХМР «ООШ д. Белогорье»
_____ Магасумова Р.С
Приказ № 113-О от 1 сентября 2023 г

Программа наставничества Учитель-Ученик
«Достижение успеха ученика и учителя через модели наставничества»

Настоящая целевая модель наставничества МКОУ ХМР «ООШ д. Белогорье», осуществляющего образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным программам (далее - целевая модель наставничества) разработана в целях достижения результатов федеральных и региональных проектов "Современная школа", "Молодые профессионалы (Повышение конкурентоспособности профессионального образования)" и "Успех каждого ребенка" национального проекта "Образование".

Паспорт проекта:

Тема проекта	«Достижение успеха ученика и учителя через модели наставничества»
Вид проекта	Организационно-методический Практико-ориентированный
Основание для разработки проекта	- Закон Российской Федерации от 29.12.2013 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»; - Указ Президента России от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ на период до 2024 года»; - Распоряжение Министерства Просвещения РФ от 25.12.2019 № Р-145 «Об утверждении методологии (целевой модели) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программ среднего образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом

	<p>между обучающимися»;</p> <p>□ Распоряжение министерства образования Российской Федерации № Р-145 от 25 декабря 2019 г. «Об утверждении методологии (целевой) модели наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися».</p> <ul style="list-style-type: none"> • Указ Президента Российской Федерации Владимира Путина от 21.07.2020 № 474 «Указ о национальных целях развития России до 2030 года». • Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 04.08.2020 года «О внедрении примерной программы воспитания». • Указ Президента Российской Федерации от 2 марта 2018 г. № 94 «Об учреждении знака отличия «За наставничество» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71791182/. <p>Нормативные правовые акты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Устав • Программа развития • Отчет о результатах самообследования деятельности • Положение о педагогическом совете
Разработчики проекта	Магасумова Р.С.-учитель математики, Завьялова Л.Н.-руководитель МО, Верхошапова Е.В.-педагог-психолог
Цель проекта	Основная цель наставничества над категорией детей в трудной жизненной ситуации (ТЖС) - это эффективная реабилитация и социализация, профилактика девиантного поведения, осознанного отказа от собственных асоциальных проявлений посредством индивидуального положительного воспитательного воздействия значимой личности на несовершеннолетнего
Задачи проекта:	<ul style="list-style-type: none"> - Оказать социально-психолого-педагогическую помощь и поддержку несовершеннолетнему; - Научить несовершеннолетнего видеть и понимать проблему, принимать, разрешать ее или, осознавая, что не способен справиться с проблемой самостоятельно, обращаться за помощью; - Обучить несовершеннолетнего социальным и практическим навыкам, необходимым для адаптации в обществе; - Помощь в гражданском, личностном, профессиональном определении несовершеннолетнего; - Обеспечить успешную реабилитацию и социализацию несовершеннолетнего.
Длительность реализации проекта	Ежегодно
Целевая группа	Наставляемые МКОУ ХМР «ООШ д. Белогорье»
Этапы реализации проекта	1. Организационно-подготовительный этап (октябрь – ноябрь 2023 год).

	2. Организация и проведение мероприятий (декабрь 2023 года – март 2024 года). 3. Аналитический этап (рефлексивный) (апрель 2024 года – май 2025 года).
Прогнозируемый результат проекта	1. Измеримое улучшение показателей, обучающихся в образовательной, культурной, спортивной сферах и сфере дополнительного образования. 2. Улучшение психологического климата в образовательной организации как среди обучающихся, так и внутри педагогического коллектива, связанное с выстраиванием долгосрочных и психологически комфортных коммуникаций на основе партнерства; 3. Рост мотивации к учебе и саморазвитию учащихся. 4. Снижение показателей неуспеваемости учащихся.

1.1. Актуальность разработки программы наставничества «Учитель- ученик»

Важность возрождения традиций наставничества подчеркивается на уровне государственной политики. Каждый человек талантлив, и задача власти, общества - помочь ему открыть в себе этот талант и предоставить возможности для его развития, реализации. Значимая роль в развитии таланта принадлежит наставнику. Наставник передает наставляемому не столько знания, сколько жизненный опыт и отношение к жизни. Он помогает человеку раскрыть талант, узнать свое предназначение, найти свой путь и уверенно идти по нему.

Наставничество — отношения, в которых опытный или более сведущий человек помогает менее опытному или менее сведущему усвоить определенные компетенции. Опыт и знания, относительно которых строятся отношения наставничества, могут касаться как особой профессиональной тематики, так и широкого круга вопросов личного развития, жизненного пути.

Наставничество- невероятно мощная форма психолого-педагогического сопровождения, оказывающая непосредственное влияние на личное развитие, которая может привести к реальным сдвигам в формировании жизненных целей и расстановке приоритетов у подростков.

Особый интерес вызывает наставничество с позиции сопровождения детей и подростков, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, проявляющих социально-нежелательное поведение. Многие дети, оказавшиеся в ТЖС, состоящие на учете в структурах профилактики лишены помощи и поддержки, примеров социального одобряемого поведения. В свою очередь наставник может дать им такую помощь и стать примером для подражания и усвоения нравственных ценностей, и норм.

Среди них в особом социально-педагогическом сопровождении нуждаются те, кто оказался в трудной жизненной ситуации: дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, дети из многодетных и малообеспеченных семей, дети с низким уровнем учебной мотивации дети с девиантным поведением, дети, состоящие на различных видах профилактического учета (ВШК, ПДН, КДНиЗП (СОП)). Государственная политика в сфере социальной поддержки в настоящее время ориентирована на создание эффективной системы выявления, поддержки и сопровождения детей и подростков в трудной жизненной ситуации.

В целях создания дополнительных условий для эффективного развития детей в тяжелой жизненной ситуации нами разработана программа наставничества «Мы вместе» (взрослый - ребенок, педагог-ученик, учитель-ученик), которая предполагает регулярное взаимодействие подготовленного наставника с высоким уровнем социальной интеграции с наставляемым на протяжении 9-12 месяцев.

Актуальность наставничества заключается в том, что наставник становится

значимым взрослым в жизни подростка для сопровождения его в процессе обучения, воспитания и формирования индивидуального маршрута, а также личностного развития. Основные социально-педагогические механизмы результативности практики:

- создание условий для появления в жизни ребенка значимого взрослого с позитивным стилем и опытом социального поведения;
- взаимодействие «культурного взрослого» и подростка строится максимально непредвзято на основе принципа индивидуализации;
- стимулируется развитие у ребенка системы долгосрочного и среднесрочного жизненного планирования, развитие системы социально-одобряемых целей;
- обеспечивается расширение социально-одобряемого поведения, социальных связей и общественного признания в месте проживания снижение количества детей, совершающих правонарушения.

1.3. Цель и задачи программы наставничества

Основная цель наставничества над категорией детей в трудной жизненной ситуации (ТЖС): дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, дети из многодетных и малообеспеченных семей, дети с низким уровнем учебной мотивации, дети с девиантным поведением, дети «группы риска», дети, состоящие на различных видах профилактического учета (ВШК, ПДН, КДНиЗП (СОП) - это эффективная реабилитация и социализация, профилактика девиантного поведения, осознанного отказа от собственных асоциальных проявлений посредством индивидуального положительного воспитательного воздействия значимой личности на несовершеннолетнего.

Задачи наставника:

- Оказать социально-психолого-педагогическую помощь и поддержку несовершеннолетнему.
- Научить несовершеннолетнего видеть и понимать проблему, принимать, разрешать ее или, осознавая, что не способен справиться с проблемой самостоятельно, обращаться за помощью.
- Обучить несовершеннолетнего социальным и практическим навыкам, необходимым для адаптации в обществе;
- Помощь в гражданском, личностном, профессиональном определении несовершеннолетнего;
- Обеспечить успешную реабилитацию и социализацию несовершеннолетнего.

1.4. Срок реализации программы 1 год

1.5. Применяемые формы наставничества и технологии

Основной формой наставничества программы является форма «учитель-ученик».

Данная форма предполагает взаимодействие обучающегося школы в ТЖС (ученика) и учителя (педагога), при котором наставник активизирует личностный потенциал наставляемого, усиливает его мотивацию к учебе и самореализации, формировании жизненных целей и расстановке приоритетов. Это проект индивидуально-группового наставничества для детей и подростков «группы риска» и детей, находящихся на различных видах учета, в которой индивидуальный наставник - это социально успешная личность (педагог-мужчина), при регулярном методическом сопровождении тьютора (социального педагога), через индивидуальные встречи и групповые сессии наставник на своем рабочем месте помогает наставляемому раскрыть талант, узнать свое предназначение, найти свой путь и уверенно идти по нему, это психолого-педагогическое сопровождение, оказывающее непосредственное влияние на личное развитие, которое может привести к реальным сдвигам в формировании жизненных целей и расстановке приоритетов у детей.

Базовая образовательная технология практики - тьюторство (индивидуальное наставничество, личное наставничество).

Ожидаемые результаты внедрения целевой модели наставничества

1. Измеримое улучшение показателей, обучающихся в образовательной, культурной, спортивной сферах и сфере дополнительного образования.

2. Улучшение психологического климата в образовательной организации как среди обучающихся, так и внутри педагогического коллектива, связанное с выстраиванием долгосрочных и психологически комфортных коммуникаций на основе партнерства.
3. Рост мотивации к учебе и саморазвитию учащихся.
4. Снижение показателей неуспеваемости учащихся.
5. Практическая реализация концепции построения индивидуальных образовательных траекторий.
6. Рост числа обучающихся, прошедших профориентационные мероприятия.
7. Формирование осознанной позиции, необходимой для выбора образовательной траектории и будущей профессиональной реализации.
8. Формирования активной гражданской позиции школьного сообщества.
9. Рост информированности о перспективах самостоятельного выбора векторов творческого развития, карьерных и иных возможностях.
10. Повышение уровня сформированности ценностных и жизненных позиций и ориентиров.
11. Снижение конфликтности и развитие коммуникативных навыков, для горизонтального и вертикального социального движения.
12. Увеличение доли учащихся, участвующих в программах развития талантливых обучающихся.
13. Снижение проблем адаптации в (новом) учебном коллективе: психологические, организационные и социальные.
14. Включение в систему наставнических отношений детей с ограниченными возможностями здоровья.

Структура управления реализацией целевой модели наставничества

Уровни структуры	Направления деятельности.
Школа	<p>Разработка и утверждение комплекта нормативных документов, необходимых для внедрения целевой модели наставничества</p> <p>Разработка и реализация мероприятий дорожной карты внедрения целевой модели.</p> <p>Реализация программ наставничества.</p> <p>Назначение координатора и кураторов внедрения целевой модели наставничества.</p> <p>Инфраструктурное и материально-техническое обеспечение реализации программ наставничества.</p>
Координатор и кураторы	<p>Формирование базы наставников и наставляемых.</p> <p>Организация обучения наставников (в том числе привлечение экспертов для проведения обучения).</p> <p>Контроль процедуры внедрения целевой модели наставничества.</p> <p>Контроль проведения программ наставничества.</p> <p>Участие в оценке вовлеченности в различные формы наставничества.</p> <p>Решение организационных вопросов, возникающих в процессе реализации модели.</p> <p>Мониторинг результатов эффективности реализации целевой модели наставничества.</p>
Наставники	Реализация наставнического цикла.

Основные правила проведения индивидуальных встреч:

- Индивидуальные встречи проходят на рабочем месте наставника.

- Присутствие тьюторов, координаторов, кураторов на индивидуальных встречах не предусмотрено.
- Тематика и содержание индивидуальных встреч носят рекомендательный характер.
- Наставник должен быть информирован в необходимом объеме об особенностях наставляемого, которые могут сказаться на проведении встреч (наличие таких заболеваний, как ДЦП, нарушения речи, эпилепсия, аллергия, сахарный диабет, а также зависимостей (табачная, алкогольная, kleptomания) и склонности к отклоняющемуся поведению (побеги, бродяжничество, правонарушения) и др.)

Основные принципы наставничества:

- Личностный подход к человеку, реализуемый в формуле: любить, понимать, принимать, сострадать, помогать.
- Системность - необходимость всестороннего анализа проблемы трудной жизненной ситуации человека и применение системы мероприятий, адекватных выявленной проблематике.
- Вера в человека, опора на положительное в нем, формирование деятельностного подхода «помоги себе сам».
- Коммуникативность - способность к быстрому и оперативному общению. - Неразглашение конфиденциальной информации о человеке.

В процессе сопровождения наставник должен помочь подростку в решении следующих основных задач:

1. определить «место», на котором в момент обращения находится ребенок, выявить, в чем состоит его проблема, каковы сущность и причины его жизненного неблагополучия;
2. установить «место», куда он хочет прийти, совместно с ним создать образ того состояния, которого он хочет достичь (представление о благополучии, степень реальности его достижения), то есть определить направление и наметить пути реабилитации;
3. помочь подопечному добраться до своей цели, осуществить свои желания.

Этапы реализации целевой модели наставничества

Этапы	Мероприятия	Результат
Подготовка условий для запуска программы наставничества	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание благоприятных условий для запуска программы. 2. Сбор предварительных запросов от потенциальных наставляемых. 3. Выбор аудитории для поиска наставников. 4. Информирование и выбор форм наставничества. 5. На внешнем контуре: информационная работа, направленная на привлечение внешних ресурсов к реализации программы. 	<p>Дорожная карта реализации наставничества.</p> <p>Пакет документов.</p>
Формирование базы наставляемых	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выявление конкретных проблем обучающихся школы, которые можно решить с помощью наставничества. 2. Сбор и систематизация запросов от потенциальных наставляемых. 	Формированная база наставляемых с картой запросов.
Формирование базы наставников	<p>Работа с внутренним контуром включает действия по формированию базы из числа:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обучающихся, мотивированных помочь сверстникам в образовательных, спортивных, • творческих и адаптационных вопросах (например, участники кружков по интересам, 	Формирование базы наставников, которые потенциально могут участвовать как в текущей программе наставничества, так и в

	<ul style="list-style-type: none"> • спортивных секций); • родителей обучающихся – активных участников родительских или управляющих советов, • организаторов досуговой деятельности в образовательной организации и других; • представителей родительского сообщества с выраженной гражданской позицией. <p>Работа с внешним контуром на данном этапе включает действия по формированию базы наставников из числа:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выпускников, заинтересованных в поддержке своей школы; • кадров (возможно пересечение с выпускниками); • успешных предпринимателей или общественных деятелей, которые чувствуют • потребность передать свой опыт; • представители других организаций, с которыми есть партнерские связи. 	будущем.
Отбор и обучение наставников	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выявление наставников, входящих в базу потенциальных наставников, подходящих для конкретной программы. 2. Обучение наставников для работы с наставляемыми. 	Заполнены анкеты в письменной свободной форме всеми потенциальными наставниками. Собеседование с наставниками Программа обучения.
Организация хода наставнической программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Закрепление гармоничных и продуктивных отношений в наставнической паре/группе так, чтобы они были максимально комфортными, стабильными и результативными для обеих сторон. 2. Работа в каждой паре/группе включает: <ul style="list-style-type: none"> • встречу-знакомство, • пробную рабочую встречу, • встречу-планирование, • комплекс последовательных встреч, • итоговую встречу. 	Мониторинг: <ul style="list-style-type: none"> • сбор обратной связи от наставляемых для мониторинга динамики влияния программы на наставляемых; • сбор обратной связи от наставников, наставляемых и кураторов для мониторинга эффективности реализации программы.
Завершение программы наставничества	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подведение итогов работы каждой пары/группы. 2. Подведение итогов программы школы. 3. Публичное подведение итогов и популяризация практик. 	<ul style="list-style-type: none"> • Собраны лучшие наставнические практики. • Поощрение наставников.

Характеристика участников формы наставничества «Учитель – ученик»

Наставник	Наставляемый	
Кто может быть.	Активный	Пассивный
• Неравнодушный	Социально активный	Плохо мотивированный,

<p>профессионал с большим (от 5 лет) опытом работы с высокой квалификацией.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Активная жизненная позиция. • Обладает развитыми коммуникативными навыками, гибкостью в общении, умением отнестись к ученику как к равному в диалоге и потенциально будущему коллеге. • Возможно, выпускник того же образовательного учреждения, член сообщества благодарных выпускников. • Возможно, родитель образовательного учреждения. 	<p>школьник с особыми образовательными потребностями, мотивированный к расширению круга общения, самосовершенствованию, получению новых навыков.</p>	<p>дезориентированный школьник, не имеющий желания самостоятельно выбрать образовательную траекторию, мало информированный о карьерных и образовательных перспективах, равнодушный к процессам внутри школы и ее сообщества.</p>
--	--	--

Возможные варианты программы наставничества «Учитель – ученик»

Формы взаимодействия	Цель
«Активный профессионал – равнодушный потребитель»	Мотивационная и ценностная поддержка с развитием коммуникативных, творческих, лидерских навыков, стимулирование идей саморазвития, осознанного выбора образовательной и карьерной траектории.
«Коллега – молодой коллега»	Совместная работа по развитию творческого, предпринимательского или социального проекта, в процессе которой наставляемый делится свежим видением и креативными идеями, которые могут оказать существенную поддержку наставнику, а сам наставник выполняет роль организатора и куратора.

Схема реализации формы наставничества «Учитель – ученик»

Этапы реализации	Мероприятия
Представление программ наставничества в форме «Учитель – ученик».	Ученическая конференция.
Проводится отбор наставников из числа активных и опытных учителей, представителей благодарных выпускников.	Анкетирование. Использование базы наставников.
Обучение наставников.	Обучение проводится куратором программы наставничества при необходимости. Работа с пособиями Ментори «Рабочие

	тетради наставника».
Проводится отбор учащихся, имеющих проблемы с учебной, не мотивированных, не умеющих строить свою образовательную траекторию. Либо – учащиеся, с особыми образовательными потребностями, не имеющими возможности реализовать себя в рамках школьной программы.	Анкетирование. Листы опроса. Использование базы наставляемых.
Формирование пар, групп.	Личные встречи или групповая работа в формате «быстрых встреч».
Повышение образовательных результатов у наставляемых. Мотивированны, интегрированы в сообщество. Осознано подходят к выбору профессий.	Защита проекта. Анализ успеваемости. Представление бизнес – плана. Определение образовательной траектории.
Рефлексия реализации формы наставничества.	Анализ эффективности реализации программы.
Наставник получает уважаемый и заслуженный статус.	Поощрение наставляемого на ученической конференции. Благодарственное письмо на предприятие или организацию наставника.

Мониторинг и оценка результатов реализации программы наставничества

Мониторинг процесса реализации программ наставничества понимается как система сбора, обработки, хранения и использования информации о программе наставничества и/или отдельных ее элементах.

Организация систематического мониторинга программ наставничества дает возможность четко представлять, как происходит процесс наставничества, какие происходят изменения во взаимодействиях наставника с наставляемым (группой наставляемых), а также какова динамика развития наставляемых и удовлетворенности наставника своей деятельностью.

Мониторинг программы наставничества состоит из двух основных этапов:

- 1) оценка качества процесса реализации программы наставничества;
- 2) оценка мотивационно-личностного, компетентностного, профессионального роста участников, динамика образовательных результатов.

ПАМЯТКА НАСТАВНИКУ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ЭФФЕКТИВНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С РЕБЕНКОМ

- **Относитесь к ребенку как к взрослому, ведь он уже взрослый.**

Подростки больше понимают себя и свое положение в обществе. Они уже не выглядят и не чувствуют себя детьми и пытаются приобщиться к взрослому миру. Этим объясняется их борьба за право считаться взрослыми. Именно борьба, так как некоторые родители или лица, их заменяющие, или пытаются воспрепятствовать ребенку стать взрослым. Они привыкли за все эти годы относиться к нему как к несмышленому ребенку — постоянно следить, контролировать и решать за него. Если раньше ребенка это просто не устраивало, то теперь он категорически против этого. Подросток будет добиваться своей независимости, возможно, это выльется в открытый конфликт, который может закончиться побегам, самовольными уходами и девиантным поведением. Лучшее, что может сделать родитель, воспитатель или наставник для ребенка в этот период, это относиться к нему как к взрослому. Стать взрослым для подростка - это, прежде всего, перенять у значимого взрослого умение отвечать за себя, за свое настоящее и будущее, чтобы самостоятельно определять свою жизнь.

Придерживайтесь демократического (авторитетного) стиля воспитания.

Чтобы относиться к ребенку как к взрослому, достаточно придерживаться демократического стиля отношений. Распространенное представление о подростках, как о вечно спорящих и конфликтующих с взрослыми, является правдой, если взрослые придерживаются авторитарного стиля, с постоянным контролем и приказами. Если же взрослый, осуществляющий воспитательную функцию по отношению к ребенку, систематически и последовательно придерживается демократического стиля воспитания, разговаривает и сотрудничает с ребенком, то проблема конфликтов будет минимизирована. При демократическом стиле воспитания взрослый выступает для ребенка в роли друга, старшего товарища, наставника, которого не боятся, а уважают и прислушиваются.

Родитель, воспитатель, наставник должен уважать и признавать право ребенка быть личностью с собственным мнением, желаниями и взглядами, как на свою собственную жизнь, так и на мир в целом. Если эти взгляды сомнительны, лучше не ставить ультиматумы и не критиковать ребенка, а говорить с ним спокойно, обращаясь к аргументам, к его «мозгу», а не чувствам. Это все может не дать моментального эффекта, но навык ведения диалога и здравые аргументы останутся в сознании подростка и в будущем дадут положительные результаты. В своей работе с детьми необходимо избегать приказов и выговоров; нет ничего конструктивнее и продуктивнее спокойного разговора двух равных людей. Сотрудничество взрослого и ребенка - самая предпочтительная форма отношений, важно договариваться с ребенком, он способен отлично вас понять.

Передайте ответственность ребенку. Поддерживайте его самостоятельность.

Цель любого взрослого, осуществляющего функцию образования, развития и воспитания — помочь ребенку стать личностью, способной самостоятельно организовывать свой жизненный путь. Передавать ребенку ответственность за себя не только в таких вопросах как самообслуживание, уборка комнаты, выполнение домашних заданий и пр., а в вопросах, подразумевающих ответственность за содержание своей настоящей и будущей жизни (выбор школы, специализации в классе, дополнительных занятий, друзей, выбор, способов времяпровождения, профессии и прочее).

Необходимо помнить, что выбирать за подростка неэффективно в первую очередь для него самого.

Когда ребенок выбирает сам, он и только он, берет ответственность за себя. Выбор — это тяжелая умственная работа, приходится думать какой вариант наиболее подходящий, а иногда и какой наименее худший. Отметим, что современные формы работы с детьми позволяют моделировать ситуации выбора (это, прежде всего, игровые формы и проектная деятельность). Задача взрослого «воспитателя» — помогать, советовать, показывать различные варианты, разъяснять перспективы, предупреждать о подводных камнях. Важно достичь такого взаимодействия с подростком, чтобы он понял, что его жизнь отныне лишь в его руках, это позволит ему серьезно задуматься о том, к чему ведет его настоящее и что ждет его в будущем.

Дайте свободу, а не запреты.

Свобода - это ответственность, пробы и ошибки. Чем больше будет организовано ситуаций, в которых подросток сможет сделать свой выбор, за который он будет нести ответственность, прежде всего перед собой, тем более успешно он сможет адаптироваться в социуме. Чем ребенок самостоятельнее, тем больше у него уверенности в себе. Он реалистичнее оценивает свои способности, он знает свои границы и возможности. Он готов активнее развиваться и выбирать для себя только лучшие жизненные пути. Самостоятельность и ответственность за себя - это отличные способы тренировать префронтальную кору (область мозга), которая активно формируется в период подросткового возраста. Она отвечает за такие важные функции, как

планирование, самоконтроль, организованность, способность делать выводы, прогнозировать будущее, критическое мышление и т.д. Эти функции формируются в мозге человека последние и требуют активной тренировки. Учитывая эти факты, при взаимодействии с подростком необходимо создать специальные условия и в целом атмосферу, способствующую развитию у него данных качеств.

Расширяйте и поощряйте общение и социальные связи.

Одна из главных задач специалиста, родителя, наставника - создать для подростка такие условия, чтобы он умел становиться частью группы, активно выстраивать и проживать отношения между ее участниками. Успех в любом возрасте, в большинстве видов деятельности, все больше зависит от эффективности взаимодействия с людьми. Поэтому важно организовывать такое образовательное и досуговое пространство, где подросток смог бы научиться разбираться в своих эмоциях, управлять ими, распознавать эмоции и намерения других людей.

Важно поощрять интересы подростка и общение с другими детьми как в школе, так и после нее. Особое значение для подростка представляет общение, связанное с культурой и общественной жизнью: мода, музыка, спорт, компьютерные игры, кино, живопись, литература, политика, различные социальные течения и многое другое. Это как раз те сферы досуга, в которых параллельно решается несколько задач: во-первых, обеспечение потребности подростков в общении, во-вторых, упрочение чувства товарищества, возрастание степени консолидации, стимулирование трудовой активности, выработка жизненной позиции, обучение нормам поведения в обществе и принятие их. Учитывая тот факт, что подросткам важнее находиться именно в группе людей с такими же интересами, специалисту или наставнику можно использовать групповые формы работы с учетом интересов, способностей, талантов.

Следует избегать запретов на общение подростков с другими людьми (сверстниками или взрослыми), наоборот, следует создавать такие ситуации, в которых подростки смогут сполна познать мир отношений между людьми: первую влюбленность, дружбу, разочарование и пр. Например, разыграть ток-шоу с насущной и волнующей их темой, или организовать акцию, посвященную расширению социальных контактов. Основной страх любого родителя, специалиста - если не ограничивать круг общения, то подросток попадет в дурную компанию. Такая ситуация безусловно может произойти в случае, если подросток не занят и у него много свободного времени от того, что нет серьезного увлечения вне школы или досуговая деятельность его не спланирована и не организована специальным образом. Важно дать возможность приобщиться к той компании сверстников или взрослых, у которых имеются продуктивные интересы, у которых не остается сил и времени на бездумное времяпровождение и поиск авантюры. Практически у каждого подростка есть увлечения и тяга к общению, и их важно соединить вместе — вовлечь ребенка в круг детей с такими же интересами.

Помните о том, что подростку необходимо проводить время наедине с самим собой, для обдумывания и осознания мыслей, чувств, переживаний. Таким образом, эмоциональный интеллект, контроль над своими эмоциями и поведением можно улучшать только через общение с другими людьми, как с взрослыми, так и с ровесниками.

Поддерживайте контакт с подростком.

Подросток, так или иначе, не все равно ориентируется на взрослых, несмотря на то, что он ярко может демонстрировать обратное. Дети стремятся проводить время с взрослыми - родителями, педагогами, наставниками, но при условии, что взрослые не «пилят» морализирующими беседами в позиции «я воспитатель - ты воспитуемый» про учебу и советами как жить, как думать и что делать. Современные подростки расположены к интересным людям, будь то родитель, учитель, тренер, или другой взрослый с интересной жизнью, к которым хочется тянуться и быть похожим на них.

Чтобы быть интересным взрослым, способным вдохновить и стать авторитетом для ребенка, требуется постоянная непрерывная работа над собой, личностное и профессиональное развитие, а также соблюдение в общении некоторых рекомендаций.

Не навязывайтесь ребенку. Подросток автономен и стремится проводить время с друзьями. Но у него всегда должна быть возможность побыть с вами. Находите время и желание для общения с ребенком, искренне интересуйтесь жизнью ребенка.

Разделяйте с ребенком его чувства. Когда ребенок расстроен, переживает трудности, важно поддержать его именно эмоционально, но только если он готов к этому. Утешьте его, скажите, что понимаете, что он чувствует, можете привести пример из своей жизни т.п. Не столь важно решить проблему ребенка, как просто эмоционально поддержать его. *Искренне интересуйтесь увлечениями ребенка.* Попытка навязать подростку свои вкусы и предпочтения - провальна, предоставьте ребенку инициативу в выборе способов провести свободное время.

Разговаривайте на серьезные темы. Подростку интересны многие острые и сложные темы вроде политики, социальных проблем, нравственности, технологий, будущего. Специально организованный просмотр кинофильма поможет завести такой разговор и ненавязчиво выстроить обсуждение, развивая множество навыков коммуникации, передать знания о взрослой жизни и потренировать критическое мышление подростка. К серьезным разговорам также можно отнести и обсуждение планов ребенка на жизнь, к чему он стремится, кем хочет стать, как планирует этого достичь, но разговоры должны возникать не сами по себе, а внутри специально организованных мероприятий, в том числе досуговых, например, во время экскурсии или образовательного путешествия.

Будьте примером поведения. Ребенок лучше всего усваивает модели поведения, которые наблюдает в реальности. И никак не те, которым вы учите на словах.

Выберите индивидуальный путь в образовании. Специалистам, наставникам, работающим с детьми важно помнить, что жизнь ребенка не должна вращаться вокруг школы, все больше вклад в развитие ребенка и успешность его будущего вносят различные дополнительные занятия вне школы, внеурочная деятельность.

Образование ребенка в широком смысле должно быть индивидуализировано, то есть исходить из его интересов и способностей, направленности его личности, строиться под каждого ребенка индивидуально. Школа не центр жизни ребенка. Центр жизни сам ребенок. Осознание себя, своего пути важнее, чем зазубривание предметов ради оценок. Если ребенок не знает себя, свои способности, таланты и желания, он может ошибиться с выбором будущего учебного заведения. Выходом из этого является создание условий для познания ребенком самого себя: на что направлены интересы ребенка и чем он хочет заниматься, какие у него есть возможности, способности и ограничения.

Позволить ребенку исследовать свои интересы, используя возможности досуговой деятельности, имеющей компонент профессионального самоопределения.

Мир настолько огромен, сложен и интересен, что школа не способна полностью показать всю его насыщенность. И ребенок должен самостоятельно открывать новые грани мира, изучать, чем бы он мог заниматься. Он может в спокойном темпе постоянно экспериментировать со своими интересами на протяжении практически всего подросткового периода, все больше углубляясь и разбираясь в себе. Нельзя понять, что ты имеешь к чему-то интерес и задатки, не узнав и не попробовав это даже в ситуациях, моделирующих реальность (здесь так же актуальны игровые формы работы от сюжетно-ролевых игр, до практикумов, имитирующих какую-либо профессию). Поэтому поддерживайте действия ребенка по изучению мира профессий и различных увлечений. Лишь перепробовав много вариантов, разобравшись, что нравится,

а что нет, подросток может понять себя и сделать оптимальный выбор.

В деятельности по профессиональному самоопределению подростка важно помочь ему с выбором профессии. Профессиональный выбор подростка, к сожалению, в большинстве случаев происходит по «детскому» сценарию, то есть за подростка принимают решения взрослые, как показывает практика, чаще и сами дети предоставляют выбор случаю или взрослым. Необходимо включать подростков в деятельность, в которой ребенок приступит к активному поиску подходящей профессии, при этом осознавая свои реальные возможности. Следует развивать истинные способности и предпочтения подростка. Важно наполнять жизнь детей такими мероприятиями, в которых они могли бы тренировать креативность мышления, умения проектировать, это поможет быстро приспособиться к изменяющимся условиям жизни и находить нестандартные выходы из различных жизненных ситуаций.

Наставнику или иному специалисту, работающему с подростками лучше отказаться от гендерных стереотипов. Обывательские представления о том, что девочки не способны к техническим наукам или мальчики не могут играть в театре и т.п. — вредны для ребенка. Подобные убеждения способны в результате привести к проблемам во взрослой жизни ребенка. Например, неуверенность в своих способностях в ряде занятий у девочек или неспособность проявлять эмоции у мальчиков. Гендерные стереотипы часто заставляют детей, даже с выраженными способностями, отказаться от выбора той или иной профессии (например, отказ девочек от технических специальностей и точных наук). Такие стереотипы созданы обществом и не имеют под собой реальных оснований. Человек любого пола имеет способности и право заниматься любой профессией, тем более в современном обществе.

Способы поддержания самооценки подростка

1. Поддерживайте теплые и крепкие отношения с ребенком, сохраняйте доверие.
2. Помните про утомляемость подростка в пубертатный период (ребенок становится вялым, неуклюжим, быстро устает и долго спит - это нормальные явления).
3. Будьте аккуратны с заявлениями о внешности ребенка.
4. Признавайте и хвалите успехи ребенка. У подростка сильная потребность в признании и уважении, которую нужно поддерживать. Замечайте успехи ребенка и хвалите его. Важно в похвале обращать внимание не столько на то, какой ребенок способный и молодец, а на то, что стало причиной его успеха — его усилия и работа. Таким способом вы сможете выработать у ребенка позицию, что успех приходит благодаря усилиям, которые можно развивать, а не врожденным способностям.
5. Не увлекайтесь критикой ребенка. Если ребенок допустил ошибку, обсудите ее спокойно и один раз, максимально отстраненно от личности ребенка. В случае неудач объясняйте ребенку, что каждый человек в чем-то лучше и хуже других. Что нельзя быть лучшим во всем. Но всегда можно стать лучше, приложив усилия.
6. Признавайте свои ошибки. Не бойтесь признать свою ошибку, и не скрывайте ее от ребенка. Позвольте ребенку поправить вас. Это позволит снять с ребенка страх неудачи и поможет ему больше рисковать. Ребенок должен знать, что ошибка — это нормально и что учиться нужно всю жизнь, даже взрослому, а в случае неудачи — пытаться еще и еще раз.
7. Не сравнивайте ребенка с другими детьми или взрослыми. Он не должен равняться на детей ваших друзей или на вас в детстве. У него свой уникальный жизненный путь, и он абсолютно другой человек. Такие сравнения способны лишь вызвать чувство вины, что негативно скажется на уверенности и инициативности ребенка.
8. Сравните ребенка только с самим собой. Ребенок должен видеть, и гордиться своим прогрессом в развитии.
9. Откажитесь от общих фраз, ярлыков и оценок ребенка. Такие фразы токсичны

и программируют ребенка, задавая определенные рамки поведения. Никаких: «руки-крюки», «нечего было и пытаться», «правильно о тебе говорят» и пр.