



Кризисы 12-15 лет: Психодиагностика и методы коррекции

Практический психолог, преподаватель,
выпускник аспирантуры, супервизор проекта

Заречнева Елена Ивановна

www.center-active.ru

«Я АКТИВ!»

Антикризисный
консультационный
психологический центр

ПСИХОЛОГИ БЕСПЛАТНО,
Онлайн по любым вопросам:
оставьте заявку на сайте

www.center-active.ru

и получите консультацию психолога
Центра "Я АКТИВ!" бесплатно.



Заречнева Елена Ивановна

Практический психолог, преподаватель,
выпускник аспирантуры, супервизор
проекта



Антикризисный
консультационный
психологический центр

“Я АКТИВ!”



Структура руководства

- Введение: Актуальность темы и статистика запросов
- Теоретические основы: Модели кризисного развития
- Классификация кризисов подросткового возраста
- Диагностический инструментарий
- Шкалы для оценки состояния
- Алгоритм первичной диагностики
- Методы психологической коррекции и поддержки
- Примеры кейсов и терапевтические интервенции
- Рекомендации для родителей и педагогов
- Этические аспекты работы с подростками
- Заключение и перспективы

Актуальность темы

- Подростковый возраст (12-15 лет) - ключевой период в становлении личности.
- Высокая уязвимость к психоэмоциональным нарушениям.
- Статистика запросов в психологической практике:
- Конфликты с родителями и сверстниками
- Проблемы с самооценкой и идентичностью
- Учебные трудности и де мотивация
- Рискованное поведение (аддикции, правонарушения)
- Симптомы депрессии и тревожности
- Вопросы выбора профессии и будущего
- Своевременная диагностика и коррекция - залог успешной адаптации.





Теоретические модели:

Теория Эрика Эриксона: Кризис идентичности против ролевого смещения

Теория Жана Пиаже: Переход от конкретного к формальному мышлению

Теория Льва Выготского: Культурно-историческая теория развития и зона ближайшего развития

Психоаналитический подход: Влияние ранних переживаний на формирование личности

Гуманистический подход: Потребность в самоактуализации и поиске смысла



Типология кризисов подросткового возраста

- Нормативные кризисы:
- Кризис идентичности
- Кризис автономии и зависимости
- Кризис самооценки и самоутверждения
- Кризис межличностных отношений
- Симптоматические (нетипичные) кризисы:
- Связанные с травматическими событиями (потери, насилие)
- Связанные с хроническим стрессом (семейные дисфункции, буллинг)
- Обусловленные индивидуальными особенностями развития (например, задержки развития)
- Кризисы развития в условиях социальной турбулентности.

Диагностический инструментарий

Личностные опросники:

- Методика исследования самооотношения (МИС)
- Опросник Айзенка (EPQ) для подростков
- Шкала депрессии Бека для подростков (BDI-Y)
- Шкала тревоги Спилбергера-Ханина (STAI)

Проективные методики:

- Тест "Рисунок человека"
- Дом-Дерево-Человек (ДДЧ)
- Незаконченные предложения

Наблюдение и беседа:

- Клиническая беседа с подростком
- Беседа с родителями/опекунами
- Наблюдение за поведением в различных ситуациях



Шкала

- Шкала оценки социальной адаптации ребенка (SOAS-R): Измерение поведенческих и эмоциональных проблем.
- Шкала оценки агрессивности Басса-Дарки: Диагностика различных видов агрессии.
- Шкала самооценки Розенберга: Оценка общей самооценки.
- Шкала оценки социальной тревожности для подростков (SASC-A): Выявление социальной тревожности.
- Шкала эмоционального интеллекта: Оценка способности к пониманию и управлению эмоциями.
- Шкалы оценки когнитивных искажений: Идентификация неадаптивных мыслительных пат



Алгоритм первичной диагностики

Шаг 1: Сбор анамнеза.

- Первичное интервью с родителями/опекунами.
- Сбор информации о развитии ребенка, семейной ситуации, жалобах.

Шаг 2: Первичная беседа с подростком.

- Установление доверительного контакта.
- Выявление субъективного отношения к проблеме.

Шаг 3: Применение основных диагностических методик.

- Опросники, проективные тесты (по необходимости).

Шаг 4: Анализ полученных данных.

- Интеграция качественной и количественной информации.
- Формулирование рабочего диагноза и гипотез.



Антикризисный
консультационный
психологический центр
“Я АКТИВ!”



Методы работы:

Индивидуальное консультирование:

- Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ):
- Работа с мыслями, эмоциями, поведением.

Гештальт-терапия:

- Осознание текущего опыта, незавершенные ситуации.

Арт-терапия:

- Самовыражение через творчество.
- Игровая терапия (для младших подростков).

Семейное консультирование:

- Системный подход: Работа с семейной системой, коммуникацией.
- Обучение эффективным стратегиям взаимодействия.

Групповая работа:

- Тренинги социальных навыков.
- Группы поддержки для подростков.
- Психиатр





Работа с самооценкой:

- Техники по развитию позитивного образа "Я".
- Упражнения на выявление сильных сторон.

Развитие навыков саморегуляции:

- Дыхательные техники, медитация.
- Обучение распознаванию и управлению эмоциями.

Профориентационное консультирование:

- Помощь в определении интересов и способностей.
- Планирование образовательной и карьерной траектории.

Работа с учебной мотивацией:

- Развитие навыков тайм-менеджмента.
- Поиск личных смыслов в обучении.





Примеры кейсов и терапевтические интервенции

Кейс 1: Подросток с выраженными конфликтами в семье.

Интервенции: Семейная терапия, обучение активному слушанию, техникам "Я-сообщений".

Кейс 2: Подросток с низкой самооценкой и социальной тревожностью.

Интервенции: КПТ, групповая терапия (для развития социальных навыков), работа с когнитивными искажениями.

Кейс 3: Подросток с признаками депрессии и апатией.

Интервенции: Индивидуальная поддерживающая терапия, активизация поведенческой активности, при необходимости - направление к психиатру



Рекомендации для родителей и педагогов

Для родителей:

- Установление открытой коммуникации, активное слушание.
- Поддержка автономии, но с сохранением границ.
- Создание безопасной и принимающей среды.
- Внимание к изменениям в поведении и эмоциональном состоянии ребенка.
- Поиск профессиональной помощи при необходимости.

Для педагогов:

- Построение доверительных отношений с учащимися.
- Индивидуальный подход к каждому подростку.
- Сотрудничество с родителями и школьным психологом.
- Раннее выявление признаков неблагополучия.
- Организация мероприятий.



ПРОЕКТ: ДИАЛОГ И ВОПРОСЫ

12 марта

Развитие

Волеизъявление поста и постом...
итдосигв россии

Елена
Ивановна
Иванова

Этические аспекты работы с подростками



Конфиденциальность:

- Границы, исключения (угроза жизни, причинение вреда).
- Информированное согласие: От подростка (в соответствии с возрастом) и родителей/опекунов.

Компетентность:

- Работа в рамках своей квалификации, регулярная супервизия.

Право на отказ:

- Подросток имеет право отказаться от терапии или приостановить ее.

Позиция недирективности:

- Поддержка в принятии решений, а не навязывание.
- Исключение двойных отношений.





Заключение

- Кризисы 12-15 лет - сложный, но необходимый этап в развитии личности.
- Ранняя диагностика и адекватная коррекция позволяют предотвратить серьезные проблемы.
- Комплексный подход (индивидуальная, семейная, групповая работа) наиболее эффективен.
- Важность сотрудничества психологов с родителями и педагогами.
- Профессиональная этика является основой успешной и безопасной работы.



Перспективы

- Разработка новых, адаптированных методик диагностики кризисных состояний у подростков.
- Имплементация программ по ментальному здоровью в образовательные учреждения.
- Дальнейшие исследования влияния социокультурных факторов на протекание подростковых кризисов.
- Развитие онлайн-платформ для поддержки подростков и их семей.
- Углубленное изучение нейробиологических основ подросткового развития.



www.center-active.ru

«Я АКТИВ!»

Антикризисный
консультационный
психологический центр

ПСИХОЛОГИ БЕСПЛАТНО,
Онлайн по любым вопросам:
оставьте заявку на сайте

www.center-active.ru

и получите консультацию психолога
Центра "Я АКТИВ!" бесплатно.



Контакты для вопросов и супервизии:

Email: werowarya@mail.ru

Телефон: 8-913-211-47-76

Сайт или соцсети: <https://vk.com/psyzar>

Заречнева Елена Ивановна



Спасибо за внимание

Супервизии и консультации для коллег –
по договорённости

Пусть ваша практика будет процветающей

Я пользуюсь мессенджером **МАХ**. Присоединяйся!

<https://max.ru/u/f9LHodD0cOJ0GbJg5D1tuuzle9j-2cl9V7gGkno83hdn0Au2atjD01p1i8M>