

ИНСПЕКТОР

по делам несовершеннолетних

№12, 2024



**профилактика
детского неблагополучия**



Техники психологической поддержки ребенка-подростка в диалоге с взрослыми



М.В. ХАНДЮКОВА,
начальник отдела «Вита» Муниципального бюджетного учреждения города Новосибирска «Городской центр психолого-педагогической поддержки молодежи “Родник”», педагог-психолог

О.В. НЕВСКАЯ,
педагог-психолог отдела «Вита» Муниципального бюджетного учреждения города Новосибирска «Городской центр психолого-педагогической поддержки молодежи “Родник”»



Психологическая поддержка несовершеннолетних подросткового возраста в современном обществе является неотъемлемой частью их успешной социализации и профилактики среди них девиантного поведения. Наиболее востребованными услугами психологов в работе с детьми-подростками были и остаются различные виды помощи при наличии сложностей в детско-родительских отношениях, других подростковых проблем, неадекватной самооценки, самореализации, фобий и пр.

В 2023 г. подростки и молодые люди в возрасте 14–20 лет обращались к психологам в шесть раз чаще, чем в 2022 году. И тенденция роста посещаемости психологических центров этой категорией граждан дает основание полагать, что, к большому сожалению, родители далеко не всегда умеют выстраивать со своими детьми близкие доверительные отношения и знают, как их поддержать в трудный для них момент.

Подростковый возраст является очень непростым и противоречивым периодом жизни, в который ребенок готовится к тому, чтобы выбрать свой дальнейший путь, – учебный, профессиональный. Он впервые влюбляется и, возможно, вступает в интимные отношения, находит себе увлечения и хобби, далеко не всегда одобряемые родителями, адаптируется к продолжающейся интенсивной перестройке организма. Очевидно, что знание особенностей возраста и умение строить конструктивный, открытый диалог являются необходимыми для родителей, педагогов, специалистов, работающих с подростками.

Все это в совокупности определяет обязательность просвещения родителей и других значимых для подростков взрослых в вопросах выстраивания с ними диалога, способов и техник их всесторонней поддержки.

К счастью, и сами родители детей-подростков, и работающие с несовершеннолетними педагоги и другие специалисты стараются посещать учебные мероприятия, знакомящие с техниками поддержки детей подросткового возраста и взаимодействия с ними.

В этом плане очень популярными являются вебинары, проводимые в режиме онлайн на сайте Федерального подросткового центра. С 2023 г. по договоренности с Федеральным подростковым центром специалистами отдела «Вита» Муниципального бюджетного учреждения города Новосибирска «Городской центр психолого-педагогической поддержки молодежи “Родник”» (далее – отдел «Вита» Центра «Родник») было проведено два вебинара с родителями и специалистами помогающих профессий. В них приняли участие соответственно 194 и 195 человек. Преимуществами работы с аудиторией в режиме онлайн перед очным форматом являются и масштабность распространения информации, и наличие обширной обратной связи, и возможность для участников занятий встречаться с похожим опытом и приходиться к пониманию того, что

их ситуации – не исключения из правил, они встречаются часто и вполне решаемы. Важным моментом является и то, что сами участники, делясь своими проблемами и трудностями в отношениях с ребенком, могут не раскрываться, оставаться в тени.

При проведении вебинаров в ходе практических занятий мы просили участников писать в действующий чат о связанных с данным упражнением случаях из их собственной практики, а также отзывы об использовании таких техник взаимодействия с ребенком. Именно наличие на вебинарах обратной связи с активными участниками (примерно 47% от общего числа участников) помогало делать занятия диалоговыми и практико-ориентированными. Родители и педагоги делились своими ожиданиями и переживаниями от применения подобных техник, новым, переосмысленным восприятием поведения ребенка. Их слова благодарности по окончании учебных мероприятий и просьбы чаще и больше делиться такого рода информацией дали основания считать, что тема занятий была полезной для аудитории.

Помимо вебинаров, очень полезными бывают и занятия, проводимые с родителями подростков. Каждый год из числа родителей на странице отдела «Вита» в социальной сети «ВКонтакте» в онлайн-режиме проводится набор постоянной группы «Мой подросток». Программа таких занятий ориентирована, прежде всего, на родителей детей подросткового возраста (14-18 лет), однако она может представлять интерес и для родителей, а также бабушек и дедушек детей более младшего возраста. Количество участников группы – 10-15 человек. В зависимости от поступивших на участие в программе заявок, группа может делиться на две подгруппы – в состав одной входят родители детей младшего подросткового возраста, а второй – старшего подросткового возраста. Данная программа в отделе «Вита» Центра «Родник» реализуется с 2021 г. и направлена на повышение психологической грамотности родителей, оказание им помощи в разрешении сложных ситуаций с детьми, расширение опыта взаимодействия с несовершеннолетними и гармонизацию внутрисемейных отношений. Она имеет продолжительность около четырех месяцев и проводится как в очном, так и в дистанционном форматах путем их совмещения.



Программа в себя включает:

- два диагностических блока – вводный и итоговый;
- четыре основных модуля – занятия по каждому модулю имеют продолжительность 6 часов и предусматривают выполнение участниками заданий в рамках самоподготовки: 2 часа занятий с педагогом и 2 часа самостоятельной подготовки в неделю. В ходе занятий с родителями отрабатываются различные техники взаимодействия с ребенком.



Анализируя работу родительской группы «Мой подросток», можно говорить о ее высокой эффективности. Свидетельством этого является позитивная динамика, которая отмечается в результатах диагностических исследований (методики «Тест-опросник родительского отношения» А.Я. Варги и В.В. Столина, «Анализ семейных взаимоотношений» Э.Г. Эйдемиллера, опросник «Психологический портрет родителя» Г.В. Резапкина, «Тест незаконченных предложений» В. Михала) родителей, проводимых в начале и в конце учебного курса.

Улучшение стилей воспитания было отмечено у 76% родителей. В частности, произошли положительные изменения в таких показателях, как:

- «гиперпротекция» (ребенок для родителей является главным приоритетом, они уделяют ему все свое время и внимание, его воспитание является для них делом всей жизни);
- «потворствование» (родители стремятся к максимальному и некритическому удовлетворению всех желаний и потребностей ребенка, безмерно балуют его);
- «недостаточность обязанностей подростка» с одновременно высокими показателями по шкале «неустойчивость стиля воспитания» (у родителей происходит постоянная резкая смена стиля и приемов воспитания).

Специалисты отдела «Вита» Центра «Родник» активно сотрудничают с рядом учреждений культуры г. Новосибирска, на базе которых регулярно проводят семинары для родителей. В числе таких организаций – Модельная библиотека им. М.Е. Салтыкова-Щедрина, Семейное пространство «Как дома», Городской центр истории новосибирской книги им. Н.П. Литвинова и др. Информация о проводимых мероприятиях размещается на страничках отдела «Вита» и учреждений культуры – деловых партнеров в социальных сетях.

Целями такого сотрудничества с молодежными пространствами является увеличение числа участников организуемых обучающих мероприятий и площадок для занятий с родителями несовершеннолетних. Библиотеки и семейные пространства привлекают нас своими многообразием, развитой материальной базой, серьезными ресурсами для плодотворной работы с аудиторией, а также широким охватом населения и большим количеством предоставляемых ими услуг. Организация мероприятий на таких площадках позволяет не только делать их интересными и полезными для аудитории, но и способствует вовлечению родителей и их детей в орбиту деятельности учреждений культуры. Многие семьи потом начинают связывать свой досуг с посещением библиотек, участием в организуемых ими мероприятиях.



В Семейном пространстве «Как дома» психологами отдела «Вита» с 2023 г. для родителей проводились тренинговые занятия двух видов – тренинги «Я и моя семья» и тренинги по возрастному развитию детей. Участие в них родителям позволило:

- расширить представления и знания о своей роли в воспитании и развитии детей, формировании их как личностей;
- объективно оценить организацию воспитания ребенка в своей семейной системе;
- лучше осознать важность и понять особенности подросткового периода в жизни человека, в том числе и путем обращения к собственному опыту взросления.

В Библиотеке им. А.В. Луначарского для учащихся проводился тренинг «Экзамены и тревога», направленный на нормализацию у несовершеннолетних эмоционального состояния в период подготовки к экзаменам. Экзамены вызывают у детей стресс, который негативно сказывается на их отношениях с окружающими, в том числе, с родителями. Участвуя в тренинге, подростки приобретали навыки преодоления стресса, учились справляться с нервным перенапряжением. По завершении занятий им вручались памятки по выходу из состояния повышенной тревожности.

В Подростковом центре «Юность» с несовершеннолетними было организовано групповое занятие, в ходе которого проходило обсуждение проблем, с которыми им приходится сталкиваться в жизни. В неформальной, доверительной обстановке, в которой проходило занятие, подростки чувствовали себя раскрепощенно и откровенно делились своими

трудностями и переживаниями, задавали волнующие их вопросы, на которые получали ответы.

В Модельной библиотеке им. М.Е. Салтыкова-Щедрина проходили два тренинговых занятия: тренинг «Семейные сценарии» по осознанию и коррекции повторяющихся деструктивных проявлений во внутрисемейных взаимоотношениях и тренинг «Работа с эмоциями» по развитию навыков самовыражения и психологической устойчивости, необходимых для конструктивного детско-родительского взаимодействия.

В Городском центре истории новосибирской книги им. Н.П. Литвинова был проведен семинар «Мой подросток», на котором с родителями шло обсуждение проблем, связанных с отклоняющимся поведением ребенка (отдаление от семьи, отсутствием интереса к учебе, чрезмерная увлеченность гаджетами, приобщение к вредным привычкам, вредное внешнее влияние и др.). В ходе семинара родители подростков с помощью специалистов отдела «Вита» Центра «Родник» искали и находили ответы на волнующие их вопросы.

Важным направлением нашей деятельности является осуществляемое по запросу повышение квалификации специалистов учреждений семейно-детской сферы, работающих с подростками. Такая работа проводилась, например, в Центре «Созвездие», где находятся с временным пребыванием, проживанием и воспитанием дети, оказавшиеся без попечения родителей. Очень полезными для специалистов Центра «Созвездие» были занятия по стабилизации эмоционального состояния воспитанников, узнаванию и пониманию переживаемых ими чувств, распознаванию их эмоций, психологической релаксации детей, стабилизации их эмоционального фона, актуализации их внутренних ресурсов.

Отдел «Вита» Центра «Родник» плодотворно сотрудничает с общеобразовательными организациями Завельцовского района г. Новосибирска. Школы привлекают специалистов отдела к проведению мероприятий с подростками по наиболее значимым и востребованным темам. Так, в 2023/2024 учебном году с учащимися муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений «Средняя общеобразовательная школа № 43», «Средняя общеобразовательная школа № 120», «Средняя общеобразовательная школа № 24» нашими специалистами проводились тренинги по командообразованию, профориентации, развитию социальной компетентности, привитию навыков коммуникации и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Таким образом, работа отдела «Вита» Муниципального бюджетного учреждения города Новосибирска «Городской центр психолого-педагогической поддержки молодежи «Родник»» эффективно способствует укреплению взаимопонимания между родителями и детьми подросткового возраста, повышению специальных знаний и компетенций занимающихся с подростками специалистов учреждений семейно-детской сферы, а значит – и решению задач профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.