

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОТДЫХА  
ДЕТСКИЙ САНАТОРНО ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
«ЛАЗУРНЫЙ»

**Психолого-педагогическое сопровождение и  
консультирование детей и подростков в условиях ГБУДО  
ДСООЦ «Лазурный»**

**педагог-психолог  
Соколова О.А.**

Отдых в детских лагерях - это личное время ребенка, распорядиться которым он имеет право сам, а вот содержание и организация программы деятельности детского центра - актуальная жизненная проблема, в решении которой неоценима помощь взрослых, и прежде всего, педагогов.

Родители с радостью отправляют своих детей в лагерь, так как отдых в загородном лагере представляется им как целенаправленная программа по развитию у ребенка коммуникативных навыков, его самостоятельности, адаптации к новым жизненным ситуациям, а частое пребывание на свежем воздухе поможет укрепить здоровье. Такая точка зрения на детский отдых подразумевает, что ребенок будет находиться в лагере с радостью и себе на пользу. Но на деле часто происходит обратное: дети начинают плакать по приезду в лагерь, ссориться со сверстниками, остаются непонятыми в новой среде и сами не могут объяснить, что происходит с ними и вокруг. Помимо возможных социальных и личностных проблем дети могут по-своему переживать трудности своего возраста. Работа педагогов оздоровительного лагеря осложнена коротким периодом пребывания ребенка на смене, но без учета возраста, социальной ситуации детей невозможно грамотно организовать их отдых.

Работа психолога в лагере связана с урегулированием конфликтных ситуаций, играми на сплоченность коллектива, на адаптацию детей к незнакомым условиям и коллективу и коррекции эмоциональных состояний в процессе адаптации и социализации. В последнее время запрос на консультации по личным проблемам подростка увеличивается. Чаще всего именно в этот возрастной период подросток может впервые самостоятельно обратиться за психологической помощью, не ставя в известность родителей.

Время работы психолога в лагере обычно лимитировано сменой в 21 день. В этот период психолог основными задачами ставит: формирование коллективов отрядов, реализация программы адаптации, индивидуализации, интеграции, подготовка к расставанию. Помимо этого, решаются проблемы

коммуникации. В период пребывания в лагере возникают запросы детей на индивидуальные консультации, в процессе которых решаются различные проблемы: внутриличностные конфликты, проблемы самооценки, детско-родительские отношения, отношения в семье, влияющие на ребёнка, а также его миропонимание, мировосприятие и актуальное психологическое состояние. А так как ребенок находится вне обычных условий своего развития, вне своего привычного окружения, без непосредственного присутствия родителей, то этот период можно рассматривать как благоприятный для становления личности ребенка. Это возможность для ребенка примерить на себя другую социальную роль, увидеть себя и мир, с другой стороны. Работа психолога поможет ему поднять или выровнять самооценку, развить коммуникативные навыки.

Но работа психолога не ограничивается детским коллективом. Важность положительного настроения воспитателей, вожатых и другого персонала так же осознается психологом. Поэтому следующей особенностью работы психолога в лагере является актуализация осознания вожатыми важности своего участия в жизни детей и повышение самооценки за счет успешного выполнения порученной работы.

Часто, приходя работать вожатыми в лагерь, ребята до конца не осознают своих функций и создают образ вожатого либо из личного пережитого опыта, либо из фильмов о детских лагерях. В таких ситуациях они сталкиваются с проблемами не только эмоциональными, коммуникативными и социальными, но и с личной некомпетентностью.

Причина в том, что высококвалифицированные специалисты и преподаватели не часто согласны ездить в детские лагеря для продолжения работы в период своего летнего отпуска. Поэтому, есть необходимость повышать уровень компетентности будущих работников, когда большую роль играет наличие и умение пользоваться психологическими знаниями.

Поэтому работа психолога с коллективом воспитателей и вожатых подразумевает еще ознакомление будущих работников с условиями работы,

той активностью, которая от них будет требоваться в процессе работы в лагере.

### **Общая характеристика возрастных особенностей развития детей и подростков**

При организации оздоровительного отдыха необходимо учитывать возрастные особенности развития детей для успешного формирования их личностных качеств.

В течение жизни ребенок развивается с разной скоростью и интенсивностью. Но в определенные этапы происходят изменения, являющиеся переломными в развитии детей. Такие критические периоды, как их называют психологи, не имеют четких границ. Каждый последующий этап отличен от предыдущего. Изменения касаются разных сторон развития и проявляются в поведении рядом признаков, свидетельствующих о стремлении утвердить свою самостоятельность, независимость, личностную автономию.

Рассмотрим более подробно возрастные особенности детей, отдыхающих в ГБУДО ДСООЦ «Лазурный».

#### **Младший школьный возраст (10 – 11 лет)**

К этому возрасту развитие мозга ребенка создает предпосылки для обучения его разным наукам. Изменение режима дня, увеличение времени на интеллектуальную деятельность требуют развития новых навыков: усидчивости, терпения, самоанализа, концентрации, сосредоточенности.

Младший школьный возраст – первый этап взросления.

Развитие социального «Я» ребёнка позволяет ему видеть свою роль в социальных отношениях, иметь свою точку зрения. Младший школьный возраст ребенка – это общение со сверстниками и развитие различных типов отношений между ними: дружба, конкуренция.

#### **Подростковый возраст (12 - 15 лет)**

Средний школьный возраст детей является подростковым периодом их развития. Это возраст, когда у детей снижается стремление к учебе.

Подростковый кризис связан с переходом детей к новому этапу интеллектуального развития. Дети мыслят по-новому, у них меняется поведение, происходит переход от конкретного к логическому мышлению.

Периоды повышенной активности сменяются временем снижения работоспособности. Проявляется стремление ребенка к определенному виду деятельности, которая, возможно, станет основой будущей профессии.

Средний школьный возраст – осознание своего будущего.

Подростки больше любят общаться, чем учиться, приоритетными считают отношения со сверстниками, а не с семьей. Они начинают проявлять интерес к представителям противоположного пола, переживают, испытывают сексуальное влечение. Это время проявления упрямства, своеволия, грубости по отношению к взрослым, бунт против устоев и правил, негативизм к общественному мнению.

Подросток хочет все больше независимости, его раздражает внедрение кого-либо в его внутренний мир.

### **Юношеский возраст (16 – 18 лет)**

Окончательное психологическое и физиологическое формирование детей происходит в период от 16 до 18 лет. Дети в этом возрасте готовятся закончить школу, думают над выбором профессии. Их умственные способности проходят завершающий этап своего развития, но совершенствование их продолжается. Все больше появляется потребность молодых людей к уединению, философствованию, они ограждают свой внутренний мир от чьих-либо посягательств, считают себя вполне самостоятельными.

Подростковый возраст – самый сложный.

Они хотят разобраться в себе, особенностях своего характера, проявляют требовательность к тем, кто их окружает. В этом периоде у них развивается целеустремленность, общественная активность, инициативность. Это уже вполне сформированные личности, они более ответственно подходят к вопросам самовоспитания.

Возрастные особенности детей в разные этапы их жизни следует учитывать взрослым при общении с ними и попытках объяснить их поведение. Понимание взрослыми того, что происходит с ребенком в определенный момент времени, облегчит социализацию последних и поможет адаптироваться им в новом коллективе и в новых обстоятельствах.

Кроме того, нельзя не учитывать имеющиеся различия в подходе к воспитанию девочек и мальчиков.

## **Служба психолого-педагогического сопровождения**

Организация психолого-педагогического сопровождения отдыха детей способствует успешной адаптации детей к новым условиям пребывания в детском коллективе, обеспечивает полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка, способствует социально-психологической грамотности педагогов.

Специалисты службы должны быть ориентированы на планирование совместной деятельности по сопровождению в соответствии с должностными инструкциями.

### **Работа психолога в периоды смены**

Организационный период продолжается в течение 3 дней. В этот период происходит знакомство ребят, привыкание и адаптация. В организационный период психологи уделяют особое внимание формированию благоприятного доброжелательного климата в отрядах, изучению личностных особенностей участников смены, их ожиданий от пребывания в детском центре.

Далее идет основной период, где психологом проводятся диагностические исследования, являющиеся частью мониторинга, которые позволяют выявить проблемные «поля», требующие наибольшего внимания. По результатам проведенного анализа проводятся:

- разработка и планирование стратегии сопровождения подростка или отряда;
- индивидуальные, групповые консультации с педагогом, детьми;
- проведение индивидуальной и групповой работы с детьми;
- итоговая диагностика и анализ результатов проделанной работы.

Заключительный период, 2-3 дня, когда есть итоговое дело, логическое завершение концепции смены, время для подведения итогов.

При такой конфигурации развитие смены идет по нарастающей, параллельно с расширением зоны интереса подростков.

Каждый из периодов смены должен рассматриваться на трех уровнях:

- что происходит с отдельным участником смен;
- какие процессы происходят с отрядом в целом, как с основной структурной единицей педагогического процесса (при этом мы рассматриваем временный детский коллектив как важное условие развития личности подростка);
- каковы особенности периода, определяемые этапом реализации содержания программы.

На заключительном этапе проводится исследование с целью подведения итогов, выявления достигнутых результатов, получения обратной связи и дальнейшего совершенствования проектирования отдыха детей.

### **Психологические особенности современных подростков**

В различных психологических исследованиях описаны разнообразные подходы к определению границ подросткового возраста. В нашем исследовании мы будем использовать классификацию, в которой подростковый возраст определен как 11-15 лет (Д.Б. Эльконин, Л.Ф. Обухова, К.Н. Поливанова).

Психологический и социокультурный анализ исследований современного детства, проведенный К.Н. Поливановой, показал, что сегодня актуальным является расширение рамок анализа детства, особенно важным становится учет при анализе социальных и культурных контекстов. В XX веке акцент в исследованиях по возрастной психологии делался на анализе основных источников и перспектив развития (взросления), в центре которых было представление о ребенке как о будущем взрослом, то есть кому предстоит стать взрослым (child as becoming). Перспективы развития в большинстве исследований, в том числе отечественных, задавались, главным образом, через семейный и профессиональный статусы, которые в настоящее время представляются весьма неопределенными. К тому же взрывной характер роста технологий привел к тому, что освоение их нового

содержания стало доступно детям непосредственно, без участия взрослого. В то же время, ряд исследователей по проблеме детства утверждают, что период взросления и перехода от детства к взрослости напрямую зависит от развития научно-технического прогресса общества: чем он более развит, тем длиннее период детства и несамостоятельности детей. Профессор К.Н. Поливанова также отмечает, что граница между «взрослыми» и «не-взрослыми» в современных развивающихся странах теперь локализуется не на шкале возраста, а на шкале социально-экономических и образовательных возможностей индивида в связи с появлением идеи обучения на протяжении всей жизни (life-long education) и в различных социально-экономических контекстах представляется по-разному. Все это привело к тому, что в последние годы в научном мире все больше преобладает тенденция взгляда на ребенка как такового (child as being).

Несмотря на новые тенденции в изучении проблем детства, исследования в области возрастной психологии, проведенные в XX веке, не теряют своей актуальности и позволяют понять природу большинства психологических процессов, протекающих в период подросткового возраста. В психоаналитической концепции фаза взросления рассматривается как период развития структуры личности и возобновления прежних конфликтов (З. Фрейд), как фаза кризиса идентичности или ролевой диффузии (Э. Эриксон). Э. Эриксон отмечает, что развитие личности подростка очень сильно зависит от социального окружения «психосоциального моратория». В этот период происходит «нормативный кризис», обусловленный большим количеством задач (физическое развитие, выбор профессии, партнера, усвоение роли взрослого), крайне затрудняющих собственную идентификацию. В подростковом возрасте возрастает потребность в укреплении социальной роли и актуализируется весь внутренний опыт, приобретенный на всех предшествующих стадиях развития.

Л.С. Выготский описал несколько особенностей подросткового

возраста, которые он назвал доминантами:

- ✓ «эгоцентрическая доминанта», заключающаяся в интересе подростка к собственной личности;
- ✓ «доминанта дали» — установка подростка на обширные, большие масштабы, которые для него гораздо более субъективно приемлемы, чем ближние, текущие, сегодняшние;
- ✓ «доминанта усилия» — тяга подростка к сопротивлению, преодолению, к волевым напряжениям, которые иногда проявляются в упрямстве, хулиганстве, борьбе против воспитательского авторитета, протесте и других негативных проявлениях;
- ✓ «доминанта романтики» — стремление подростка к неизвестному, рискованному, к приключениям, к героизму.

Основное новообразование подросткового возраста — появление рефлексии и самосознания (Л.С. Выготский). Подростки более активно начинают вести личный дневник, в котором описывают свою внутреннюю жизнь, переживания, представления, обиды, сомнения, волнения. Эта деятельность помогает подростку более глубоко познать свой внутренний мир и способствует развитию рефлексии и самопознания.

Подростковый период сопровождается переживанием ребенком пубертатного кризиса. В кризисный период для нормального развития подростка большее значение имеет изменение его поведения. Если подобное изменение не замечено, то это либо указывает на замедление темпа развития, либо кризисное поведение осуществляется ребенком где-то вне досягаемости наблюдателя. Академик И.В. Дубровина отмечает, что «позитивный смысл подросткового кризиса состоит в том, что через него, через отстаивание своей взрослости, самостоятельности, происходящее в относительно безопасных условиях и не принимающее крайних форм, подросток удовлетворяет потребности в самопознании и самоутверждении. В результате у него не

просто возникают чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но формируются способы поведения, позволяющие ему и в дальнейшем справляться с жизненными трудностями».

С точки зрения К.Н. Поливановой, отношение к возрастным кризисам у всех участников образовательного процесса различное. Для педагогов симптомами кризиса является внезапное изменение реакций ребенка на привычные типы воздействия, изменение поведения ребенка, появление стремления нарушать установленные ранее правила. Для педагога важно в подобной ситуации как можно скорее и безболезненнее преодолеть эти симптомы. С нашей точки зрения, позиция родителей схожа с позицией педагогов. Для ребенка (особенно подростка) кризис – это такой момент в его жизни, когда внезапно ставится под сомнение все до того осмысленное существование и появляется повышенная потребность в рефлексии происходящего как во внутреннем мире, так и в окружающих явлениях. Ребенок не заинтересован в скорейшем прохождении кризисного этапа, он хочет его продления для более полного осмысления. Третьей позицией относительно критического возраста является позиция педагога-психолога (психолога образования), которая состоит в выяснении смысла кризиса в общей логике психического развития ребенка. Позиция психолога может быть определена как теоретическая, герменевтическая (позиция понимания), и практическая, направленная на разработку некоторых действий (не только самого психолога) по построению психологического пространства проживания кризиса его участниками.

В подростковом возрасте появляются трудности в отношениях со взрослыми, связанные, в первую очередь, с развитием у подростков негативизма и упрямства. В этот период повышается количество детско-родительских конфликтов и появляется напряжение в отношениях подростков с педагогами. Исследователи данного возрастного периода отмечают, что «на первый план выходит задача сепарации от родителей и

преодоление страхов, связанных с повышением своей независимости и самостоятельности». Подростки ищут себе малые группы, состоящие из людей, способных их понять и принять. Ведущей деятельностью в этом возрасте становится интимно-личностное общение со сверстниками (Д.Б. Эльконин).

К.Н. Поливанова, продолжая исследования Д.Б. Эльконина о ведущей деятельности в подростковом возрасте, отмечает, что в этот жизненный период ею становится деятельность проектирования — «связь замысла и реализации, в которой действующий, моделируя действительность в целостной, художественной форме, экспериментируя с ней, обнаруживает связь ситуации действия с собственными переживаниями и состояниями; центром этой связи является сфера человеческих отношений». Проектная деятельность требует некоторого пространства действия в воссоздаваемой ситуации и общения по поводу этой ситуации. Содержанием пробы как воссоздания является воспроизведение и удерживание некоторого состояния, а также обнаружение его полноты. Внутри такой деятельности в форме пробы, испытания и т. д. происходит обнаружение некоторых взрослых действий и «примеривание их на себе» путем воссоздания и моделирования. При этом крайне важно применение подростками различных форм интимно-личностного общения со сверстниками: проговаривание, сочувствие, сопереживание, принятие — отвержение. Все эти формы могут быть поняты как одна из форм испытания состояния. Чтобы спровоцировать проявление состояния, можно реализовать замысел (обнаруживая его связь с реальностью) или обговорить его с другими людьми. Роль взрослого в подобной ситуации состоит в обеспечении «встречи» замысла и реализации, что является условием возникновения субъектности у подростков.

Подростковый возраст отличается не только психологическими особенностями, но и физическим и физиологическим ростом (развитием). Это время бурного изменения организма. За счет этого очень часто возникает

диспластичность, избыточный вес, нарушения физического развития. Все это оказывает очень сильное влияние на развитие самооценки и «Я-концепции». Подростки начинают уделять большое внимание сравнению своего внешнего вида и облика с внешностью сверстников и кумиров. Значительное отклонение в физическом развитии как в сторону слишком замедленного развития, так и в сторону акселерации является объективным фактором риска, потому что такие подростки более подвержены неблагоприятным влияниям, у них отмечается большая зависимость от мнения окружающих (конформизм), чаще формируются негативные установки по отношению к собственной личности и повышается риск аутоагрессивного поведения.

К.Д. Хломов выделяет основные уязвимости и социальные риски подросткового возраста:

- ✓ затрудненное самоопределение, отягощенное неопределенностью окружающей среды;
- ✓ аутоагрессивное поведение в многочисленных вариациях: суицидальное поведение, травмоопасное поведение («зацепинг», рискованные «сел-фи»), рискованное сексуальное поведение;
- ✓ противоправное и виктимное поведение (правонарушения, совершаемые подростками и в отношении подростков);
- ✓ буллинг и кибербуллинг учащихся (травля, в т. ч. с помощью интернета и мобильного телефона);
- ✓ химическая зависимость, употребление психоактивных веществ.

Психологическое консультирование подростков является одной из важнейших форм сопровождения, реализуемых в профессиональной деятельности педагога-психолога (психолога дополнительного образования).

### **Особенности психологического консультирования подростков**

Психологическое консультирование — это непосредственная работа с

людьми, направленная на решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом организованная беседа (Алешина Ю.Е., 1993). Суть психологического консультирования состоит в том, что психолог, пользуясь специальными профессиональными научными знаниями, создает условия для другого человека, в которых тот переживает свои новые возможности в решении своих психологических задач (Абрамова ГС., 1996). Целью психологического консультирования является оказание психологической помощи и поддержки. По форме проведения консультации можно охарактеризовать как индивидуальные и групповые консультации (в малых группах от 2 человек до отрядного коллектива).

В процессе психологического консультирования могут решаться следующие задачи:

- ✓ оказание экстренной профессиональной помощи и поддержки в решении заявленной подростком или педагогом проблемы;
- ✓ оценка уровня психологического здоровья участника или участников смены и определение показаний к другим способам психологической помощи (например, перенаправление к специалистам другого профиля);
- ✓ просвещение участника(ов) смены о его психологических особенностях с целью более адекватного их использования и построения плана развития способностей личности;
- ✓ повышение психологической культуры обратившихся за профессиональной помощью к педагогу-психологу;
- ✓ повышение ресурсных способностей участника(ов) смены к самостоятельному решению возникающих трудностей;
- ✓ облегчение эмоционального состояния участника(ов) смены.

Групповое консультирование считается специфическим и характерным для подросткового возраста, что помогает подросткам преодолеть чувства страха, неуверенности, возникающих при индивидуальном обращении. К тому же достаточно часто подростки обращаются по проблеме, которая формулируется ими как «сходная», «одна на группу», — это могут быть взаимоотношения с ребятами отряда или педагогами и др. В процессе группового консультирования подростков могут дополнительно решаться следующие задачи:

- ✓ индивидуализация запросов на психологическую поддержку всех участников смены, обратившихся за консультацией;
- ✓ снижение уровня тревожности и беспокойства при обращении к педагогу-психологу;
- ✓ создание ситуации для обмена опытом выхода из сложной жизненной ситуации всех обратившихся за консультацией;
- ✓ создание условий для принятия конструктивных групповых решений по выходу из конфликтной ситуации;
- ✓ демонстрация метода переговоров и обсуждения в конфликтной ситуации, когда педагог-психолог выступает посредником в данных переговорах.

Второй вид группового консультирования, распространенный в системе дополнительного образования, — консультирование подростка и его родителя(ей) (законных представителей). В этом случае консультирование будет иметь ряд специфических особенностей:

- ✓ помощь в решении индивидуальных, личностных проблем подростка – по запросу родителей участника смены;
- ✓ помощь в решении внутрисемейных проблем (детско-родительские отношения) – по запросу родителей участника смены;
- ✓ повышение социально-психологической компетентности и грамотности

подростков и их родителей, обучение их навыкам общения и разрешения конфликтных ситуаций – по запросу родителей участника(ов) смены.

Коллективное консультирование также имеет ряд своих специфических особенностей и позволяет эффективно решать следующие задачи:

- ✓ использование опыта всех участников конфликта в решении сложной ситуации;
- ✓ развитие навыков работы в группе у всех участников консультирования;
- ✓ психологическое просвещение, основная цель которого — формирование нового, целостного, более позитивного взгляда на ситуацию;
- ✓ формирование новых, конструктивных групповых норм и правил.

### **Принципы психологического консультирования подростков**

В процессе психологического консультирования подростков важно соблюдать принципы профессиональной этики, принятые в профессиональном сообществе психологов образования. Этические принципы призваны защищать законные права обращающихся за консультативной помощью подростков и способствуют сохранению доверия между психологом и участником смены.

### **Принципы, актуальные в процессе консультирования подростков:**

- ✓ принцип конфиденциальности, заключающийся в запрете разглашения третьим лицам информации, полученной в процессе консультирования, за исключением информации, угрожающей жизни и здоровью участника смены или окружающих, а также информации о готовящемся или совершенном преступлении;
- ✓ принцип компетентности, заключающийся в соблюдении специалистом границ профессиональной компетентности: если проблема участника смены выходит за ее рамки, психолог должен предоставить информацию о возможности получения квалифицированной помощи по данному вопросу

в других учреждениях;

- ✓ принцип ответственности, предполагающий персональную ответственность за выбор методов и техник консультирования, не приносящих вреда участнику смены;
- ✓ принцип этической и юридической правомочности, руководство в профессиональной деятельности действующим законодательством и профессиональными требованиями к проведению психологической деятельности;
- ✓ принцип квалифицированной пропаганды психологии, сообщение участнику смены только достоверной научной информации, способствующей повышению психологической грамотности и развитию психологической культуры;
- ✓ принцип благополучия участника смены, ориентация на соблюдение прав и интересов подростка, соблюдение принципа «не навреди», доброжелательное и безоценочное отношение к участнику смены, недопущение дискриминации (ограничения конституционных прав и свобод личности) по социальному статусу, возрасту, полу, национальности, вероисповеданию, интеллекту и любым другим отличиям как по отношению к участнику смены, так и ко всем персонажам рассказов участника смены;
- ✓ принцип профессиональной кооперации, запрет на обсуждение с участником смены и оценивание действий коллег (психологов, педагогов и других специалистов, про которых рассказывает подросток);
- ✓ принцип информирования участника смены о целях и результатах обследования, применяемых в процессе консультативных встреч; информирование участника смены о целях и содержании психологической работы, проводимой с ним, применяемых методах и способах получения информации, чтобы участник смены мог принять решение об участии в

этой работе.

Представляется важным в начале консультативной встречи сообщать подросткам о характере информации, полученной в процессе консультирования, которая может быть сообщена другим заинтересованным лицам и(или) учреждениям. Участие подростков в процессе психологического консультирования должно быть сознательным и добровольным. В случаях, если ребенок не достиг 16-летнего возраста, согласие на его участие в психологических процедурах должны дать родители или лица, их заменяющие. В практической работе у психолога дополнительного образования периодически возникают трудности, связанные с отсутствием согласия на психологическое сопровождение от родителей (законных представителей) подростка, но при этом есть запрос на психологическое консультирование от самого подростка. При этом педагогом-психологом должна вестись работа по разъяснению значения получения согласия от родителей на психологическое сопровождение ребенка (согласно статье 42 273-ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации»), и если ребенок экстренно нуждается в психологической поддержке, она должна быть ему оказана. Для получения согласия подростка и его родителей (законных представителей) на психологическую работу с подростком психолог должен использовать понятную терминологию и доступный для понимания клиента язык.

В процессе профессиональной деятельности (в том числе психологического консультирования) психолог высказывает собственные суждения и оценивает различные аспекты ситуации в форме, исключающей ограничение свободы участника смены в принятии им самостоятельного решения. В ходе работы по оказанию психологической помощи должен строго соблюдаться принцип добровольности со стороны участника смены.

В консультировании подростков есть ряд особенностей, которые диктуются сложным кризисным возрастом, расширяющимся диапазоном

проблем и новыми жизненными задачами, с которыми сталкивается молодой человек. Чаще всего именно в этот возрастной период подросток может впервые самостоятельно обратиться за психологической помощью, не ставя в известность родителей. Известный отечественный психолог А.Г. Лидерс выделяет несколько принципов, которые необходимо учитывать при консультировании подростков:

- ✓ возрастной психолог в своей деятельности всегда должен ориентироваться на психологические нормативные задачи возраста.
- ✓ если на консультацию обратился родитель по проблемам подростка, психологу необходимо посмотреть на проблему глазами ребенка.
- ✓ в консультировании родителей подростка следует анализировать проблему через призму целого жизненного пути личности, поскольку многие проблемы имеют начало в предыдущих возрастах.
- ✓ в работе с подростками консультанту необходимо много внимания уделять зарождающейся сексуальности, ведь половая идентификация является одной из главных задач подросткового возраста.

Подростку часто сложно сформулировать запрос на психологическую работу, порою он ждет инициативы от взрослого. Поводом для индивидуального консультирования часто является обсуждение результатов диагностических исследований или вопросы, возникающие после проведения профилактических просветительских мероприятий. Одним из наиболее эффективных способов формирования мотивации к психологическому консультированию у подростков является проведение для отрядов экскурсии в психологический блок ГБУДО ДСООЦ «Лазурный» и психологического тренинга «Психолог и Я», которые помогают участникам смены раскрыть и понять свой внутренний мир, объяснить и принять свои эмоции, переживания, мысли и потребности, построить свою линию саморазвития и самосовершенствования. Занятия психологии ни в коем случае не должны

носить характер психотерапевтической группы, ведущий таких занятий не должен допускать публичного обсуждения личностных переживаний участников смены, тренинги психологии не должны превращаться в групповое психологическое консультирование. Опыт работы в психологическом блоке ГБУДО ДСООЦ «Лазурный» более 20 лет показывает, что подростку легче обратиться именно к психологу, которого он уже знает после проведенных занятий, за профессиональной помощью, чем прийти на прием к незнакомому для него специалисту.

При консультировании подростков важно установление доверительных отношений, ребенок должен быть уверен, что может доверять взрослому. При этом важно показать подростку ценность его интересов и переживаний в данный момент времени. Основные полагающие при консультировании участников смены - наиболее предпочтительна специально построенная беседа, направленная на профилактику и просвещение, нежели глубокая психотерапевтическая работа.

Еще одной важной особенностью консультирования подростков становится более продолжительный, чем со взрослыми клиентами, период налаживания контакта и формулирования запроса. Подростки намного чаще, чем взрослые люди, приходят на консультацию с запросом, который на самом деле не является истинным, начинают обсуждение с несущественных для них вопросов, а иногда и вовсе не могут сформулировать запрос к психологу. Задача психолога-консультанта в процессе беседы — расположить к себе подростка, помочь подростку сформулировать запрос и выстроить схему работы по данному запросу. Поэтому первичная консультация подростка может пройти в беседе о его интересах, увлечениях, эмоциональном настрое, распорядке дня или играх, в которые он любит играть с друзьями в отряде. В начале беседы не следует задавать прямых вопросов о душевном состоянии ребенка и давать множество диагностических заданий — все это чаще всего ведет к повышению

тревожности или потере интереса к непосредственному общению со специалистом. В то же время, хочется отметить, что применение диагностических методик иногда, наоборот, способствует снятию ситуативной тревожности, повышению интереса к процессу психологического консультирования и позволяет несколько отсрочить обсуждение острых проблем и установить более доверительный контакт. Специалисту важно ориентироваться на актуальное эмоциональное состояние подростка во время консультативной встречи и выбирать методы, адекватные конкретной ситуации.

Еще одна особенность психологического консультирования подростков связана с сокрытием подростком на первичной встрече «истинного клиента». Нередко подростки приходят на консультацию и говорят о том, что у их друга (подруги) случилась какая-то история — конфликт с педагогом, бьют родители, несчастная любовь или даже суицидальные мысли. Возрастной психолог-консультант в данном случае должен помнить о том, что, возможно, данный запрос относится к тому подростку, который пришел за психологической помощью, что это именно он и есть тем подростком, но пока в силу различных причин не готов говорить от первого лица. Такой способ обращения за помощью защищает подростка от разных негативных чувств — стыда, смущения, тревоги, недоверия, страха. В процессе работы, когда между подростком и психологом возникают доверительные отношения, подросток сможет открыть больше информации по обсуждаемой теме.

### **Основные темы психологического консультирования подростков**

В практике педагога-психолога консультирование подростков наиболее распространено по сравнению с консультированием всех остальных участников образовательного процесса. Основные причины обращения следующие:

- ✓ взаимоотношения со сверстниками (своего и противоположного пола), взрослыми (родителями, педагогами);

- ✓ профессиональное и личностное самоопределение, проблемы самопознания, саморазвития и самоактуализации;
- ✓ глубокие эмоциональные переживания (горе, печаль, стресс, депрессия, потеря смысла жизни, суицидальные наклонности);
- ✓ проблема саморегуляции собственного поведения, невозможность контролировать свои переживания и поступки;
- ✓ отделение от родителей и обретение подлинной психологической независимости;
- ✓ преодоление кризиса идентичности;
- ✓ осознания своего предназначения, экзистенциальный анализ своей судьбы;
- ✓ отклоняющееся (девиантное) поведение, проблемы зависимости (алкоголизм, наркомания, игровая зависимость).

Проблемы во взаимоотношениях с окружающими являются одной из самых частых и распространенных причин обращения подростков к педагогу-психологу. Отношения с друзьями являются важной частью жизни подростка. Обычно подростков волнуют резкие изменения в отношениях с друзьями, когда вдруг лучший друг или подруга начинают больше времени проводить с другими людьми. Часто это воспринимается как предательство, глубоко ранит подростков и может вызывать яркие эмоциональные реакции. В этих случаях работа психолога сосредотачивается на эмоциональной поддержке ребенка, совместном рассмотрении причин сложившейся ситуации и поиске ресурсов для снятия эмоционального напряжения.

Тема любви и влюбленности, отношений между мужчиной и женщиной — вторая по распространенности причин обращения за психологической консультацией. Половая идентификация — важная задача подросткового возраста. Подростки сталкиваются с изменениями своего тела, к которым часто оказываются не готовы. Несмотря на огромный поток информации об

отношениях полов, сексуальности и сексуальных отношениях на телевидении и в сети Интернет, подростки не всегда понимают всего происходящего с ними.

Третий по распространённости запрос в подростковом возрасте — это тема самоопределения (личностного, межличностного, профессионального) — определение жизненного предназначения, выбора профессии и профессиональных склонностей. Современная система сдачи экзаменов в форме единого государственного экзамена привела к ряду новых сложностей в выборе профессии у некоторых выпускников школ, не готовых психологически брать ответственность за собственный выбор. Возможность выбрать несколько вузов и разные специальности приводит к тому, что некоторые подростки выбирают профессию по уровню баллов за экзамены. Консультирование по вопросам профессионального самоопределения может помочь подросткам определиться в своих склонностях, интересах, умениях и на основе этого выбрать подходящую им профессию и способ овладения ею. Дополнительно к консультации в своей деятельности мы применяем методику профтестирования «Амалтея».

Авторы исследования, посвященного изучению перспектив современных подростков в контексте жизненной траектории (А.А. Бочавер, А.В. Жилинская, К.Д. Хломов), утверждают, что в условиях хронической неопределенности и трудностей прогнозирования социальной динамики, которые наблюдаются в современном обществе, подростки более нуждаются в деятельности по обсуждению, освоению, пробам и экспериментированию в области проектирования своего жизненного пути. Задачей психолого-педагогического сопровождения, в том числе психологического консультирования, становится повышение осознанности подростков в областях своих сильных и слабых сторон, индивидуальных тактик в решении отдельных жизненных задач и выстраивании системы приоритетов, которые будут опосредованно влиять на достигаемые результаты, повышение уровня

контактности и определенности.

Таким образом, консультирование подростков занимает важное место в работе психолога, в основе индивидуальной работы с юношами и девушками должны лежать принципы диалогического общения, равноправные отношения с целью совместного изучения конкретной психологической ситуации и ее совместного разрешения.