



УДК 159

Ракова Мария Сергеевна

кандидат культурологии, доцент кафедры адаптивной физической культуры
Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма,
rakova@yandex.ru

Кучумова Галина Владимировна

старший преподаватель кафедра техносферная безопасность,
Государственный аграрный университет Северного Зауралья
kuchumovagv@gausz.ru

Кривенцева Светлана Михайловна

преподаватель кафедры публичного права,
Пермский институт Федеральной службы исполнения наказаний,
Smk.uii@mail.ru

Московцева Евгения Александровна

кандидат социологических наук;
Тихоокеанский государственный университет;
доцент, Высшая школа социальных и политических наук;
Институт социально-политических технологий и коммуникаций
Moskea@list.ru

Воронцова Евгения Геннадьевна

кандидат психологических наук, доцент,
Байкальский государственный университет г. Иркутск,
ewgeniavorontsova@bgu.ru

Maria S. Rakova

Candidate of Cultural Studies, Associate Professor of the Department
of Adaptive Physical Culture of the Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism,
rakova@yandex.ru

Galina V. Kuchumova

Senior Lecturer, Department of Technosphere Safety,
State Agrarian University of the Northern Urals
kuchumovagv@gausz.ru

Svetlana M. Kriventseva

Lecturer at the Department of Public Law,
Perm Institute of the Federal Penitentiary Service,
Smk.uii@mail.ru

Yevgeniya A. Moskovtseva

Candidate of Sociological Sciences;
Pacific State University;
Associate Professor, Higher School of Social and Political Sciences;
Institute of Socio-Political Technologies and Communications
Moskea@list.ru

Evgeniya G. Vorontsova

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Baikal State University, Irkutsk,
ewgeniavorontsova@bgu.ru

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ
ПОДРОСТКОВ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ**

**PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT
FOR ADOLESCENTS IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS**

Аннотация. В статье освещается проблема психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации. Актуальность проблемы обоснована высоким риском возникновения трудных жизненных ситуаций, связанных с действием индивидуально-личностных детерминант, негативных социально-психологических факторов и кризисностью протекания подросткового этапа онтогенеза, что требует реализации программ психолого-педагогического сопровождения. Представлены основные характеристики трудной жизненной ситуации как социально-психологического феномена. Рас-

крыты индивидуально-психологические детерминанты подростков в трудной жизненной ситуации: неустойчивость самооценки, эмоционально-волевого реагирования, непродуктивные копинг-стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций, усугубляющие ее проживание. Разработка и реализация эффективных программ психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации должна опираться на знание возрастно-психологических особенностей подростков, свойственных для этого возраста механизмов и закономерностей преодоления трудных жизненных ситуаций, на взаимодействие с ближайшим семейным окружением. Обобщение опыта программ психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации показало, что их эффективность определяется реализацией системно-деятельностного, личностно-ориентированного подходов, вариативностью используемых психолого-педагогических стратегий и методов работы, интеграцией форм индивидуальной и групповой работы. Важным условием эффективности реализации программ психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации выступает профессиональная компетентность специалистов сопровождения, личный опыт конструктивного преодоления трудных жизненных ситуаций.

Ключевые слова: подростки, кризис подросткового возраста, трудные жизненные ситуации, копинг-стратегии, психолого-педагогическое сопровождение.

Abstract. This article addresses the issue of psychological and pedagogical support for adolescents in difficult life situations. The relevance of this issue stems from the high risk of difficult life situations arising from individual and personal determinants, negative socio-psychological factors, and the crisis-like nature of the adolescent stage of ontogenesis, which necessitates the implementation of psychological and pedagogical support programs. The article presents the main characteristics of difficult life situations as a socio-psychological phenomenon. It also identifies the individual psychological determinants of adolescents in difficult life situations: instability of self-esteem, emotional and volitional responses, and unproductive coping strategies for overcoming difficult life situations, which exacerbate the situation. The development and implementation of effective psychological and pedagogical support programs for adolescents facing difficult life situations should be based on knowledge of the age-specific psychological characteristics of adolescents, the mechanisms and patterns of overcoming difficult life situations typical for this age group, and interaction with their immediate family environment. A review of the experience of psychological and pedagogical support programs for adolescents facing difficult life situations has shown that their effectiveness is determined by the implementation of a system-based, activity-based, and person-centered approach, the variability of psychological and pedagogical strategies and methods, and the integration of individual and group work. A key prerequisite for the effectiveness of psychological and pedagogical support programs for adolescents facing difficult life situations is the professional competence of the support specialists and their personal experience constructively overcoming difficult life situations.

Keywords: adolescents, adolescence crisis, difficult life situations, coping strategies, psychological and pedagogical support.

Введение. Проблемы психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации обусловлены высоким риском их возникновения на подростковом этапе онтогенеза в силу многочисленных внешних и внутренних причин и факторов: с одной стороны, кризисностью протекания подросткового этапа онтогенеза, с другой – комплексом негативных индивидуально-личностных детерминант и социально-психологических факторов социальной действительности. Социально-экономическая нестабильность, кризис семьи и родительства, высокая стрессогенность и агрессивность современных масс-медиа и сети интернет, девальвация традиционных ценностей оказывают десоциализирующее влияние на процесс социализации современных подростков, способствуют возникновению трудной жизненной ситуации. Трудные жизненные ситуации разнообразны по своим проявлениям. К ним относятся семейное неблагополучие, потеря близких, ограниченные возможности здоровья, острые и затяжные конфликты в ближайшем окружении, школьная травля, а также пребывание в ситуации вооружённых и межнациональных конфликтов, техногенных катастроф, стихийных бедствий и др. Подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, зачастую необходима профессиональная помощь в их успешном преодолении, которая реализуется в различных видах социально-педагогической и психолого-педагогической практик в общеобразовательных учреждениях, в учреждениях социальной и психологической помощи подросткам и их семьям. В настоящее время в психологической теории и практике актуальным является обобщение успешного опыта реализации программ психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации, в чем заключается цель настоящего исследования.

Результаты и обсуждение. Проблема психолого-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации решается на основе анализа возрастно-психологических особенностей подростков, анализа действия десоциализирующих факторов и индивидуально-личностных особенностей преодоления трудных жизненных в подростковом возрасте. На подростковом этапе онтогенеза происходит интенсивное психофизиологическое созревание, оказывающее влияние на образ телесного Я, на эмоционально-волевую сферу, появляются чувство взрослости, реакции эманципации, реакции группирования с группой сверстников, развивается самосознание и ценностно-смысловая сфера личности, временная перспектива, профессионально-личностное самоопределение [1; 5]. Кризисность протекания подросткового этапа онтогенеза обуславливает возникновение различных проблем возрастно-психологического развития

и девиаций поведения, а наличие трудных жизненных ситуаций усугубляет их развитие, препятствуя успешному развитию и социализации [11].

Трудная жизненная ситуация определяется как «ситуация, субъективно воспринимающаяся человеком как трудная лично для него или является объективно нарушающей его нормальную жизнедеятельность» [8, с. 86]. Структура трудной жизненной ситуации включает «участников, связанных с ней событий, деятельность, которая в ней осуществляется, временные и пространственные аспекты ситуации, её переживание и интерпретацию объектом жизненной трудности» [9, с. 5]. Для подростка трудная жизненная ситуация выступает как «ситуация, в которой он не может жить normally и которую не может исправить самостоятельно» [8, с. 86].

Внимания заслуживают вопросы индивидуально-личностных детерминант, которые определяют особенности преодоления жизненных трудностей подростками. Характер преодоления трудных жизненных ситуаций определяется надежностью личности [5], особенностями ее самооценки и психоэмоциональной саморегуляции, несформированность которых определяют низкую способность к критическому осмысливанию собственной личности, жизненных трудностей, выбор неконструктивных копинг стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций в форме ухода от проблем, агрессивного реагирования, иждивенческих установок личности [4; 11]. К эмоционально-волевым особенностям подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, относятся высокая тревожность, депрессивность, проявление агрессии, отчужденность и замкнутость, а также риск развития различны форм девиантного поведения [8; 10].

В системе образования, в системе социально-психологической помощи семье и детям до настоящего времени актуален вопрос реализации различных программ психологического сопровождения подростков и их семей в трудной жизненной ситуации в зависимости от их вида и особенностей переживания. К настоящему времени накоплен успешный опыт реализации программ психологического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации с использованием современных методов психологической диагностики и коррекции, вариативных форм индивидуальной и групповой работы в рамках индивидуального и группового консультирования подростков и их родителей, проведения психологических тренингов и коллективных творческих дел [2; 7; 11].

Интерес представляет комплексный подход к постреабилитационному сопровождению подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, реализованный в проекте «Возрождение надежды» на базе Курского областного социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних с целью их полноценной интеграции в общество. В основе используемых психологического-педагогических технологий лежат теоретические положения системно-деятельностного и личностно-ориентированного подходов. Содержание программы предусматривает «включение в разнообразные коллективные творческие дела, которые в условиях реального взаимодействия и в естественных условиях жизнедеятельности позволяют отработать стратегии преодоления жизненных трудностей» [2, с. 70]. Ценность данной программы психологического-педагогического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации заключается в том, что осуществляется мониторинг динамики личностных качеств, особенностей межличностных отношений, показателей профессионального и личностного самоопределения, определяющих эффективность постреабилитационного сопровождения.

Условием успешного сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации выступает профессиональная компетентность специалистов сопровождения, а именно наличие субъектного опыта эффективного преодоления трудных жизненных ситуаций, в частности тех ситуаций, которые «препятствуют нормальной реализации их профессиональной деятельности, создают значительное психологическое напряжение и требуют мобилизации ресурсов для их преодоления» [3, с. 17]. Для повышения эффективности программ сопровождения подростков в трудных жизненных ситуациях целесообразным является внедрение программ развития конструктивных стратегий преодоления трудных жизненных ситуаций, направленной на развитие навыков эмоциональной регуляции, анализа ситуаций и управления стрессом для специалистов сопровождения.

Заключение. Обобщение опыта реализации программ психологического сопровождения подростков в трудной жизненной ситуации показало, что эффективными условиями являются: системно-деятельностный и личностно-ориентированный подход, учет возрастно-психологических особенностей подростков и особенностей преодоления ими трудных жизненных ситуаций, вариативность используемых психологического-педагогических стратегий и методов работы, интеграция форм индивидуальной и групповой работы, взаимодействие с семьёй и ближайшим окружением, профессиональная компетентность специалистов сопровождения.

Список литературы

1. Выготский Л.С. *Психология развития. Избранные работы*. М.: Издательство Юрайт, 2025. 281 с.
2. Елизаров С.Г., Нарыкова И.Н., Орлова О.И. Подросток, находящийся в трудной жизненной ситуации: возможности постреабилитационного сопровождения // Вестник практической психологии образования. 2019. № 2 (2). С. 68–74.
3. Кибальник А.В., Федосова И.В. Стратегии преодоления трудных жизненных ситуаций педагогическими работниками: сборник трудов конференции // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным

участием (Чебоксары, 18 апр. 2025 г.) / редколлегия: Ж.В. Мурзина [и др.]. Чебоксары: ИД «Среда», 2025. С. 17-19.

4. Кожевина А.П., Зимина Е.В. Иждивенческие настроения обучающихся как проблема развития инклюзивного образования в России / Новые тенденции в деятельности социозащитных институтов: материалы Всероссийской конференции, Иркутск, 12–13 сент. 2019 г. / под науч. ред. А.П. Суходолова, И.С. Карпиковой. Иркутск: Изд-во Байкал. гос. ун-та, 2019. 370 с.

5. Малахова С.К., Никулина Т.И., Карышева О. А. Исследование надежности личности в ситуации риска // Baikal Research Journal. 2023. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-nadezhnosti-lichnosti-v-situatsii-riska> (дата обращения: 18.12.2025).

6. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: учебник для бакалавров. М.: Издательство Юрайт, 2020. 817 с.

7. Никулина Т.И. Профилактика школьной травли в общеобразовательных организациях Иркутской области (Монография) / под общ. ред. научного совета ГНИИ «Нацразвитие». СПб.: ГНИИ «Нацразвитие», 2024. 136 с.

8. Потемина А.С. Процессы эмоционально-волевой сферы подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации: сборник трудов конференции // Психологово-педагогические исследования – Тульскому региону: материалы Региональная научно-практическая конференция магистрантов, аспирантов, стажеров (Тула, 17-18 июня 2021 г.) / редколлегия: С.В. Пазухина [и др.]. Чебоксары: ИД «Среда», 2021. С. 85-87.

9. Специфика социально-педагогической подготовки специалистов к профилактике социальных отклонений у несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации: Научно-методическое пособие для вузов / Под редакцией М.П. Гурьяновой. М.: ФГБНУ «ИИДСВ РАО», 2018. 158 с.

10. Фомичева Д.Д. Психологические аспекты самооценки подростка, находящегося в трудной жизненной ситуации: сборник трудов конференции // Современный образовательный процесс: психолого-педагогическое сопровождение, воспитательные стратегии: материалы Международной научно-практической конференции (Краснодар, 28 ноября 2024 г.) / редколлегия В.М. Гребенникова [и др.]. Чебоксары: ИД «Среда», 2024. С. 432-434.

11. Шульга Т.И. Психологово-педагогическое сопровождение детей группы риска: учебник для вузов. М.: Издательство Юрайт, 2025. 208 с.

References

1. Vygotsky L.S. *Developmental Psychology. Selected Works*. Moscow: Yurait Publishing House, 2025. 281 p.
2. Elizarov S.G., Narykova I.N., Orlova, O.I. Adolescents in Difficult Life Situations: Possibilities of Post-Rehabilitation Support // Bulletin of Practical Psychology of Education. 2019. No. 2 (2). Pp. 68–74.
3. Kibalnik A.V., Fedosova I.V. Strategies for Overcoming Difficult Life Situations by Pedagogical Workers: Conference Proceedings // Social and Pedagogical Issues of Education and Upbringing: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation (Cheboksary, April 18, 2025) / Editorial Board: Zh.V. Murzina et al. Cheboksary: ID "Sreda", 2025. Pp. 17-19.
4. Kozhevina A.P., Zimina E.V. Dependent Attitudes of Students as a Problem of Development of Inclusive Education in Russia / New Trends in the Activities of Social Protection Institutions: Proceedings of the All-Russian Conference, Irkutsk, September 12-13, 2019 / edited by A.P. Sukhodolov, I.S. Karpikova. Irkutsk: Publishing House of Baikal. State University, 2019. 370 p.
5. Malakhaeva S.K., Nikulina T.I., Karnysheva O.A. Study of Personal Reliability in a Risk Situation // Baikal Research Journal. 2023. No. 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-nadezhnosti-lichnosti-v-situatsii-riska> (accessed: 18.12.2025).
6. Mardakhaev L.V. *Social Pedagogics: A Textbook for Bachelors*. Moscow: Yurait Publishing House, 2020. 817 p.
7. Nikulina T.I. Prevention of School Bullying in General Education Organizations of the Irkutsk Region (Monograph) / edited by the Scientific Council of the State Research Institute "NatSrazvitie". St. Petersburg: State Research Institute "NatSrazvitie", 2024. 136 p.
8. Potemina A.S. Processes of the emotional-volitional sphere of adolescents in difficult life situations: collection of conference papers // Psychological and pedagogical research - to the Tula region: materials of the Regional scientific and practical conference of master's students, postgraduate students, interns (Tula, June 17-18, 2021) / editorial board: S.V. Pazukhina [et al.]. Cheboksary: ID "Sreda", 2021. Pp. 85-87.
9. Specifics of social and pedagogical training of specialists in the prevention of social deviations in minors in difficult life situations: Scientific and methodological manual for universities / Edited by M.P. Guryanova. Moscow: FGBNU "IIDSV RAO", 2018. 158 p.
10. Fomicheva D.D. Psychological aspects of self-esteem of a teenager in a difficult life situation: conference proceedings // Modern educational process: psychological and pedagogical support, educational strategies: materials of the International scientific and practical conference (Krasnodar, November 28, 2024) / editorial board V.M. Grebenников [et al.]. Cheboksary: ID "Sreda", 2024. Pp. 432-434.
11. Shulga T.I. *Psychological and pedagogical support of children at risk: textbook for universities*. Moscow: Yurait Publishing House, 2025. 208 p.