

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра педагогики и образовательных технологий

**Инновационные технологии психолого – педагогической под-
держки родителей подростков в кризисной ситуации**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

студентки 3- го курса 383 группы

направления 44. 04. 01 «Педагогическое образование»

профиль подготовки – «Образование взрослых»

факультета гуманитарных дисциплин, русского и иностранных языков Педа-
гогического института

Логиновой Инны Аркадьевны

Научный руководитель

кандидат педагогических наук, доцент _____

подпись

Н.Ю. Курчатова

Зав. кафедрой:

кандидат педагогических наук, доцент _____

подпись

Е.И. Балакирева

Саратов 2026 год

Введение. Актуальность исследования заключается в том, что на современном этапе развития общества одной из самых уязвимых категорий населения являются родители несовершеннолетних детей, потому что, несмотря на поддержку со стороны государства и общества, они сталкиваются с рядом новейших проблем и кризисов, ранее не исследованных или недостаточно изученных.

Например, существует дефицит адресной, своевременной и эффективной помощи разным категориям родителей: это молодые, неполные, кризисные семьи и родители, находящиеся в трудной жизненной ситуации, чьи потребности системные меры не всегда способны решить. Данное противоречие обостряется множеством вызовов, с которыми сталкиваются родители: от смещения общественных приоритетов в сторону индивидуализма и изменения ролевых моделей до экономической нестабильности. Эти тенденции увеличивают психоэмоциональную нагрузку, влияют на настроение и взаимодействие как с детьми, так и между собой.

В особой зоне риска оказываются семьи с детьми-подростками, где возрастные изменения детей накладываются на общую социальную напряжённость, создавая повышенный потенциал для конфликтов и требуя специфических форм психолого-педагогической поддержки. Интенсивные гормональные изменения, приводящие к эмоциональной нестабильности, резким сменам настроения и повышенной раздражительности, стремление к самостоятельности и сепарации от родителей провоцируют конфликты в детско-родительских отношениях, поскольку подростки активно отвергают авторитет взрослых, что усугубляется дисгармоничными стилями семейного воспитания и противоречиями в системе ценностей. Также причиной кризисных ситуаций является беспокойная обстановка в стране: отсутствие стабильности в работе вынуждают родителей больше уделять внимания заработку, чем детям. Даже те родители, которые не испытывают финансовой нужды, тем не менее также отмечают проблемы во взаимодействии со своими детьми: огромный поток информации, поступающий из Интернета, виртуальные ми-

ры искажают действительность в понимании подростка. Все это провоцирует конфликты между родителями и их детьми: они теряют ориентиры во взаимодействии, потому что прежние стимулы перестают работать. Исходя из выше сказанного, мы можем с уверенностью утверждать, что родители, воспитывающие подростков, находятся сегодня в кризисной ситуации и особо остро нуждаются в психолого-педагогической поддержке и помощи грамотных специалистов.

Эти проблемы, безусловно, тревожат государство, общество, ученых и практиков. Так, например, Соковинова А.А. (2025) в методической разработке «Семья и подросток» или клинический психолог А. Ильина (2022) в статье «Довоспитать не получится»: как вести себя родителям подростков» ищут пути по решению проблемы поддержки родителей подростков, находя новые подходы к психологическому просвещению.

Поддержку родителям также оказывает государство. Так, 2024 год назван Годом семьи (указ Президента РФ), приняты многочисленные документы, направленные на поддержку родителей и детей, среди которых Федеральный закон от 28.11.2025 435-ФЗ «О предоставлении социальных гарантий женщинам, удостоенным звания № «Мать-героиня», Федеральный закон от 28.02.2025 № 24-ФЗ «О внесении изменения в статью 13 Федерального закона "О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей"», Федеральный закон от 01.04.2025 №48-ФЗ «О внесении изменений в статью 20 Федерального закона "О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации"», а также Приказ Минобрнауки России от 30.10.2025 № 807 «Об утверждении Рекомендаций по поддержке студенческих семей» и другие.

На общественном уровне поддержка проявляется в публичных выступлениях и инициативах первых лиц государства. Так, в 2025 году ключевыми событиями стали выступление Президента РФ В.В. Путина на пленарном заседании Санкт-Петербургского международного экономическо-го форума (ПМЭФ), где он подчеркнул роль семьи как основы демографического буду-

щего; его обращение в связи с вручением первых государственных наград «Мать-героиня», в котором воспитание детей было названо гражданским подвигом; а также участие Председателя Правительства М.В. Мишустина в форуме «Молодая семья – опора России» с анонсом новых программ поддержки. Уполномоченный при Президенте по правам ребенка М. Львова-Белова неоднократно подчеркивала в своих выступлениях, что приоритет сегодняшнего дня – это сбережения семей, необходимость создания условий для сохранения ребенка в кровной семье и развитие Всероссийской службы помощи семьям. Особое внимание сегодня уделяется семьям военнослужащих: в 2025 году пересмотрены меры поддержки участников специальной военной операции и их родственников. Все эти инициативы ведут к всесторонней поддержке семей: им предоставляются расширенные льготы, включая повышенный материнский капитал. Также активно действуют инициативы по поддержке ответственного отцовства, включая проекты по укреплению роли мужчин в воспитании детей (например, Всероссийское общественное движение «Отцы России»). Кроме того, существуют многочисленные формы негосударственной помощи родителям, реализуемые через деятельность благотворительных фондов (таких как «Круг добра», «Подари жизнь», «Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации») и общественных движений и сообществ (например, «Многодетные России», «Совет матерей», «Ассоциация родительских комитетов и сообществ», проект «Многодетная Россия» Общероссийского народного фронта).

Одним из способов поддержки родителей являются инновационные технологии. Они рассматриваются исследователями и практиками как один из эффективных инструментов решения указанных выше проблем. К таким технологиям относят мобильные приложения для родителей с микрозаданиями и трекерами эмоций, онлайн-платформы с интерактивными курсами и вебинарами, чат-боты для оперативной психологической помощи, инструменты на основе искусственного интеллекта для анализа коммуникации, а

также использование виртуальной реальности для моделирования и проработки сложных семейных сценариев.

Исходя из вышесказанного, мы можем с уверенностью утверждать, что существует **противоречие** между огромным вниманием к родителям со стороны государства, научного мира и общества и острой потребностью родителей подростков в адресной психолого-педагогической поддержке в условиях современных кризисных вызовов.

Исходя из противоречия, была сформулирована **проблема исследования**: какие технологии обеспечат эффективную психолого-педагогическую поддержку родителей подростков?

Объект исследования: психолого-педагогическая поддержка родителей подростков в кризисной ситуации.

Предмет исследования: инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации.

Цель исследования: доказать эффективность инновационных технологий психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации.

Гипотеза исследования: инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации будут эффективны, если: изучены причины кризисных ситуаций, в которых оказываются родители подростков; уточнены определения понятий «родители подростков, находящиеся в кризисной ситуации», «психолого-педагогическая поддержка родителей подростков», «инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков» и создана программа психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации «Родительский ресурс».

Задачи исследования:

1. Выявить причины кризисных ситуаций, возникающих при воспитании родителями подростков, и уточнить понятие «родители подростков в кризисной ситуации».

2. Рассмотреть особенности психолого-педагогической поддержки родителей подростков, находящихся в кризисной ситуации и уточнить определение понятия «психолого-педагогической поддержки родителей подростков».

3. Определить инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков и уточнить понятие «инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков»;

4. Экспериментально проверить эффективность программы психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации «Родительский ресурс» с применением инновационных технологий.

Степень разработанности темы исследования. Теоретические основы проблемы поддержки родителей подростков в кризисной ситуации формировались последовательно в нескольких взаимосвязанных областях. Историко-педагогический анализ роли семьи (П.Ф. Лесгафт, А.С. Макаренко) и системный подход к развитию подростка в семейном контексте (И.В. Дубровина) позднее были дополнены исследованиями конкретных кризисов – от конфликтов до кибербуллинга (Е.Ю. Дубовик, А.А. Бочавер, Л.В. Арамачева). Психологическое понимание кризисной природы подросткового возраста базируется на классических работах о структуре кризиса (Л.С. Выготский), идентичности (Э. Эриксон) и смене ведущей деятельности (Д.Б. Эльконин) и в других работах (Н.С. Лейтис, Г.Б. Юдин, Л.В. Петрановская). В современных исследованиях конкретных травматичных переживаний (Е.В. Рождественская, Н.К. Нартова).

Концепция психолого-педагогической поддержки (О.С. Газман) получила развитие в практике работы с семьёй (Л.В. Байбородова, Е.Л. Омельченко, О.Г. Тавстуха, М.А. Герасименко) и современных моделях поддержки родителей (А.С. Трифионов, А.А. Федосеева и др.). Сегодня это направление активно синтезируется с инновационными, прежде всего цифровыми, технологиями: изучением онлайн-рисков (Е.В. Войскунская), разработкой цифро-

вых инструментов психотерапии (Б. Фалиссар, Н.В. Богачева) и анализом цифровой трансформации социальной сферы (И.В. Мерсиянова, К. Джаганнат, Р.И. Кадиева, А.А. Карташова и др.). Таким образом, тема эволюционировала от общих концепций к конкретным практикам, создавая основу для комплексных программ помощи, интегрирующих традиционные формы поддержки и цифровые решения.

Теоретическая значимость работы

Исследованы причины кризисных ситуаций родителей подростков: педагогическая несостоятельность родителей, отвержение подростком родительского внимания и помощи, нарушение социальных ожиданий и родительская вина, конфликты из-за попыток подростка радикально изменить правила жизни в доме; дана типология позиций родителей подростков, находящихся в кризисной ситуации (автономные и педагогически осведомленные родители; осведомленные, но дезориентированные и истощенные родители; родители в состоянии острого кризиса при дефиците осведомленности; родители в состоянии кризиса, который удалось смягчить или сдержать благодаря благоприятному стечению внешних обстоятельств; дистанцированные или избегающие родители), уточнены определения «родители подростков в кризисной ситуации» – это взрослые, воспитывающие детей в пубертатном периоде с нарушениями эмоционального состояния или испытывающие эмоциональное выгорание, утратившие контроль эмоциональной саморегуляции и контроль за своими действиями или своих детей, с которыми они испытывают трудности во взаимодействии; «психолого-педагогическая поддержка родителей подростков» – это целенаправленный процесс междисциплинарного взаимодействия специалистов с семьей (психологов, педагогов, социальных педагогов), направленный на укрепление психологической устойчивости родителей и освоение ими новых педагогических инструментов взаимодействия со своими детьми, адекватных возрастным задачам подросткового периода и условиям социальной неопределенности; «инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков» – систем-

ные методы, позволяющие укрепить психологическую устойчивость родителей, осваивать навыки саморегуляции, педагогического взаимодействия с подростками, обучающие рефлексии и направленные на активное включение родителей в воспитательный процесс через цифровые, игровые, ресурсные технологии.

Практическая значимость работы заключается в разработке и апробации программы психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации «Родительский ресурс», состоящей из 8 модулей и включающей в себя инновационные технологии, направленные на улучшение эмоционального состояния родителей, снижение уровня эмоционального стресса, обучение стратегиям стрессоустойчивости и эмоциональной саморегуляции, а также повышение уровня родительской компетенции и развитие навыков эффективного общения с подростком. Описаны реальные кейсы 5 семей, которые можно использовать в психолого-педагогической практике.

Методы исследования.

1. Теоретические методы: анализ, синтез, систематизация научной литературы.

2. Эмпирические методы: эксперимент, наблюдение, беседа, интервью, кейсы.

Методологическая и теоретическая база исследования. В основу данной работы легли исследования последних лет в области рассмотрения психолого-педагогической поддержки семьи и родителей в частности (М.А. Герасименко, О.Г. Тавстуха, А.С. Трифонов и другие). Исследование опирается на: понимание семьи и семейных кризисов с точки зрения отечественных авторов Г.М. Андреевой, А.И. Антонова, Н.И. Олифирович, Л.Б. Шнейдер; рассмотрение особенностей подросткового возраста в трудах Л.С. Выготского, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, Э. Эриксона. Особое место отводится рассмотрению современных инновационных технологий в психолого-педагогической поддержке родителей (Н.Ю. Григоренко, Р.И. Кадиева, А.А. Карташова, И.В. Мерсиянова).

Этапы исследования и опытно-экспериментальная база:

Исследование проходило в несколько этапов.

На первом этапе (2023-2024 гг.) – формулировалась тема исследования, определялись цели, задачи, предмет, объект и методы исследования; осуществлялся анализ психолого-педагогической, философской, правовой, методической литературы; выдвигалась гипотеза, определялся план эмпирической части и база исследования.

На втором этапе (2024-2025гг.) проводился основной этап исследования: осуществлялся отбор инновационных технологий, создавалась программа по психолого-педагогической поддержке родителей, осуществлялась экспериментальная проверка эффективности инновационных технологий психолого-педагогической поддержки родителей подростков в кризисной ситуации.

На третьем этапе (2025-2026гг.) обрабатывались и интерпретировались полученные данные; анализировалась эффективность разработанной программы с применением инновационных технологий, формулировались выводы исследования; был составлен тезаурус и библиография по теме исследования.

Структура и объем работы. Выпускная квалификационная магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений. Общий объем работы составляет 95 страниц.

Экспериментальная база: В исследовании приняли участие -8 семей. 5 семей, воспитывающих детей подросткового возраста, прошли всю программу «Родительский ресурс». Из них в браке 3 семьи, 2 семьи – в разводе. Возраст родителей в диапазоне 34 - 40 лет. У 4 родителей - высшее образование, у 1 родителя – средне-специальное. Ранее 1 семья обращалась к психологу по вопросам кризиса, но проблемы решены не были. 4 семьи за поддержкой к специалистам не обращались. Возраст подростков в этих семьях 12 -16 лет (2 девочки, 3 мальчика). Программа была рассчитана на родите-

лей, независимо от гендерной принадлежности, образования и рода деятельности. Группа родителей формировалась на добровольной основе.

Основное содержание выпускной квалификационной работы.

В первой главе «Психолого-педагогическая поддержка родителей как актуальная проблема» описаны причины возникновения кризисных ситуаций (педагогические, психологические, социально-средовые), в которых оказываются родители подростков. Также особо выделены компоненты кризисного состояния родителя: коллапс воспитательной парадигмы, синдром хронической тревоги и выгорания, кризис родительской идентичности.

На основе теоретического анализа выделена типология родительских позиций: автономные и педагогически осведомленные родители; осведомленные, но дезориентированные и истощенные родители; родители в состоянии острого кризиса при дефиците осведомленности; родители в состоянии кризиса, смягченного внешними обстоятельствами; дистанцированные или избегающие родители.

Таким образом, анализ научной литературы демонстрирует многообразие подходов к пониманию ключевых понятий. Обобщая рассмотренные определения и опираясь на выделенную типологию родительских позиций, типов кризисных ситуаций, нам представляется возможным сформулировать определение, создающее теоретическую основу для дальнейшей работы. «Родители подростков в кризисной ситуации» – это взрослые, воспитывающие детей в пубертатном периоде с нарушениями эмоционального состояния или испытывающие эмоциональное выгорание, утратившие контроль эмоциональной саморегуляции и контроль за своими действиями или своих детей, с которыми они испытывают трудности во взаимодействии.

Далее рассмотрены понятия «психологическая поддержка» (Т.Л. Крюкова, Н.Г. Осухова) и «педагогическая поддержка» (О.С. Газман, Н.Н. Михайлова), а также модели поддержки О.Г. Тавстухи (диагностическое, профилактическое, психокоррекционное, консультативное направления), М.А. Герасименко (смешанные форматы работы), А.С. Трифонова (поддержка

совместной деятельности и общения). На основании этих и других работ сделан вывод, что подростковый возраст (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, Э. Эриксон) требует от родителей перестройки воспитательной позиции. Этот процесс осложняется типом семьи (неполная, смешанная, расширенная, нуклеарная). В связи с этим описан портрет родителя в остром кризисе, обращающегося за помощью: эмоциональное истощение, когнитивная блокада, наличие конкретного триггера, утилитарный запрос.

На основе анализа литературы сформулировано определение: «психолого-педагогическая поддержка родителей подростков» — это целенаправленный процесс междисциплинарного взаимодействия специалистов с семьей (психологов, педагогов, социальных педагогов), направленный на укрепление психологической устойчивости родителей и освоение ими новых педагогических инструментов взаимодействия со своими детьми, адекватных возрастным задачам подросткового периода и условиям социальной неопределенности.

Раскрывая понятие «инновация» (В.А. Сластенин, В.И. Загвязинский), мы рассмотрели современные исследования: применение искусственного интеллекта в работе психолога (А.А. Карташова) для структурирования информации, разработки материалов, анализа данных; когнитивно-поведенческая терапия, арт-терапия и сказкотерапия как инновационные методы (Р.И. Кадиева, И.В. Мерсиянова); системно-синергетический подход в поддержке семей (Н.Ю. Григоренко), и обобщая, дали своё определение: «инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков» — системные методы, позволяющие укрепить психологическую устойчивость родителей, осваивать навыки саморегуляции, педагогического взаимодействия с подростками, обучающие рефлексии и направленные на активное включение родителей в воспитательный процесс через цифровые, игровые, ресурсные технологии.

Во второй главе «Экспериментальная проверка эффективности инновационных технологий психолого-педагогической поддержки роди-

телей подростков, находящихся в кризисных ситуациях» описан ход и результаты экспериментальной работы, представлены этапы исследования и выборка.

В исследовании приняли участие 5 семей (3 полные, 2 неполные). В ходе контрольного эксперимента (опрос, интервьюирование, личные беседы) было выявлено, что все семьи испытывают чувство безысходности, опустошенности. В семьях происходят частые конфликты, сопровождающиеся раздражением и агрессией. Многие родители при этом испытывают чувство вины, говорят о невозможности диалога с подростком. У большинства родителей наблюдались нарушение сна и аппетита (у матери), плаксивость, чувство вины после скандалов, эмоциональная нестабильность, усталость, утрата контроля саморегуляции. Также были выявлены психосоматические нарушения, смещение запроса на себя. Для того, чтобы картина входного контроля была более полной, были созданы кейсы семей, участвовавших в эксперименте с описанием их кризисной ситуации.

Затем семьи были включены в программу поддержки родителей подростков в кризисной ситуации, с применением инновационных технологий «Родительский ресурс». Программа длилась 2 месяца и включала в себя 8 модулей, сочетающих индивидуальные и групповые онлайн-встречи, теоретические и практические занятия.

В ходе реализации программы были использованы следующие инновационные технологии: цифровые (мобильное приложение «Moodi» для ведения дневника эмоций с обратной связью); психологические техники (алгоритм «СТОП — ВЫБОР — ДИАЛОГ», упражнение «Линия жизни кризиса», Терапия отправных точек (РПТ), техника «Роза, Бутон, Шип»; сказкотерапия -«Фиолетовый котёнок»); обучающие: мини-лекция «Как вести диалог родителю с подростком», техника «Пауза. Уточни. Подтверди» (ПУП); техники саморегуляции: «Якорение», мышечная разрядка, выявление барьеров.

После прохождения программы был проведён контрольный эксперимент (опрос, интервьюирование, личные беседы). Контрольный эксперимент

показал, что у родителей расширился арсенал коммуникативных навыков (это позволило сделать общение с подростком более продуктивным и менее конфликтным), снизился уровень стресса и острота эмоциональных реакций, также у родителей сформировалось чувство внутренней устойчивости, стабильности и уверенности в своих действиях, исчезли деструктивные переживания, например, чувство вины. Все участники эксперимента отметили рост саморегуляции, что положительно сказалось на физиологических процессах: нормализовались сон и аппетит. Родители в личных беседах отметили, что конфликтные ситуации стали возникать реже, продолжительность их сократилась. Они научились безболезненно возвращаться в спокойное состояние после разногласий. Для полной картины изменений описанные кейсы были дополнены результатами.

Таким образом, опытная проверка программы подтвердила эффективность инновационных технологий поддержки родителей подростков в кризисной ситуации.

Заключение. Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. На основе анализа состояния поставленной проблемы в теории и на практике была установлена недостаточная её изученность и уточнена сущность понятий «психолого-педагогической поддержки родителей подростков», понимаемая как целенаправленный процесс междисциплинарного взаимодействия специалистов с семьей (психологов, педагогов, социальных педагогов), направленный на укрепление психологической устойчивости родителей и освоение ими новых педагогических инструментов взаимодействия со своими детьми, адекватных возрастным задачам подросткового периода и условиям социальной неопределенности; и «инновационные технологии психолого-педагогической поддержки родителей подростков», под которыми подразумеваются системные методы, позволяющие укрепить психологическую устойчивость родителей, осваивать навыки саморегуляции, педагогического взаимодействия с подростками, обучающие рефлексии и направ-

ленные на активное включение родителей в воспитательный процесс через цифровые, игровые, ресурсные технологии;

2. Выявлены инновационные технологии, позволяющие разрешить кризисные ситуации, которые доказали свою эффективность при снятии напряжения, улучшении эмоционального состояния, снижении уровня эмоционального стресса, обучении стратегиям стрессоустойчивости и эмоциональной саморегуляции, а также повышающие уровень родительской компетенции и развивающие навыки эффективного общения с подростком(цифровые (мобильное приложение «Moodi» для ведения дневника эмоций с обратной связью); психологические техники (алгоритм «СТОП — ВЫБОР — ДИАЛОГ», упражнение «Линия жизни кризиса», Терапия отправных точек (РПТ), техника «Роза, Бутон, Шип»; сказкотерапия -«Фиолетовый котёнок»); обучающие: мини-лекция «Как вести диалог родителю с подростком», техника «Пауза. Уточни. Подтверди» (ПУП); техники саморегуляции: «Якорение», мышечная разрядка, выявление барьеров).

3. Анализ эмпирических данных, полученных в ходе опытно – экспериментальной работы, свидетельствует об эффективности разработанной программы поддержки родителей подростков в кризисной ситуации «Родительский ресурс» с применением инновационных технологий; объективность полученных данных достигнута благодаря разработанному диагностическому инструментарию.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что цель исследования достигнута, выдвинутая гипотеза подтвердилась, поставленные задачи решены.