

Общество с ограниченной ответственностью
«Центр профессионального образования»
ООО «ЦПО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор
ООО «ЦПО»

_____ И.В.МЕРКУЛОВА

« 08 » июля 2025 г.

Приказ № 05/3-20 от « 08 » июля 2025 г.

ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ»

56 часов

Формат обучения онлайн/групповой
очно-заочная форма

Курск, 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ-----	3
2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН-----	8
3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК-----	9
4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ-----	11
5. ИТОГОВАЯ АТЕСТАЦИЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ----	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Описание программы:

Современный мир характеризуется стремительными социальными, культурными и технологическими изменениями, которые оказывают существенное влияние на развитие подрастающего поколения. Период подросткового возраста, являющийся одним из самых сложных и ответственных этапов становления личности, сегодня сопряжен с новыми вызовами и проблемами. Подростки сталкиваются с повышенным уровнем стресса, давлением сверстников, информационным переизбытком, а также с такими явлениями, как кибербуллинг, зависимость от гаджетов, проблемы самооценки и идентичности, сложности в межличностных отношениях и поиске своего места в жизни.

В связи с этим возрастает потребность в высококвалифицированных специалистах, способных оказывать эффективную психологическую помощь подросткам. Психологи, педагоги, социальные работники и другие специалисты, чья деятельность связана с подрастающим поколением, нуждаются в актуализации и углублении своих знаний и практических навыков в области психологического консультирования. Данный курс повышения квалификации направлен на то, чтобы обеспечить специалистов необходимым инструментарием для понимания специфики подростковой психики, построения доверительных отношений и оказания действенной поддержки в решении их проблем. Программа разработана с целью систематизации знаний и практических умений по консультированию подростков, с учётом психолого-педагогических особенностей подросткового периода.

Цель реализации программы:

Цель программы: Совершенствование профессиональных компетенций специалистов, работающих с подростками, в области психологического консультирования, направленное на повышение их квалификации и качества оказываемой помощи.

Задачи:

1. Систематизация знаний: Актуализация и углубление представлений о психологических особенностях подросткового возраста, его кризисах и задачах развития.
2. Овладение теоретическими подходами: Ознакомление слушателей с современными теоретическими моделями и концепциями

психологического консультирования, применимыми к подростковой практике.

3. Развитие диагностических навыков: Формирование умений проводить психодиагностику, применять различные методики для оценки состояния, проблем и ресурсов подростка.
4. Формирование коммуникативных и терапевтических навыков: Развитие способности устанавливать доверительный контакт (терапевтический альянс), эффективно коммуницировать с подростками, применять техники активного слушания и эмпатии.
5. Освоение техник консультирования: Обучение конкретным методикам и приемам работы с распространенными подростковыми проблемами (самооценка, отношения, тревожность, агрессивность, профориентация, кризисы).
6. Развитие навыков работы с родителями и в группе: Ознакомление с особенностями консультирования родителей подростков и проведения групповых форм работы.

1.2 Нормативно-правовая база

Программа повышения квалификации «Психологическое консультирование подростков» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Проекта Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ "Об утверждении профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере" (подготовлен Минтрудом России 11.07.2017)

1.3 Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения модулей

Процесс изучения программы «Психологическое консультирование подростков» направлен на формирование следующих общекультурных (ОК) и профессиональных компетенций (ПК):

ОК-1 Способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу;
ОК-2 Готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала;

ПК-1. Способность к проведению психодиагностики:

Владение методами и методиками психологической диагностики (интервью, наблюдение, проективные и стандартизированные тесты), применимыми к подростковому возрасту.

Умение выбирать адекватные диагностические инструменты в зависимости от запроса и возраста клиента.

Навыки интерпретации диагностических данных и составления психологического заключения.

ПК-2. Владение основами психологического консультирования:

Понимание принципов и моделей психологического консультирования.
Умение устанавливать терапевтический альянс, строить доверительные отношения с подростком.

Владение техниками активного слушания, эмпатии, обратной связи.

Навыки работы с сопротивлением и защитными механизмами клиента.

ПК-3. Знание возрастной психологии и психологии развития:

Понимание особенностей физического, когнитивного, эмоционального и социального развития подростков.

Знание типичных кризисов и задач развития в подростковом возрасте.

Умение учитывать возрастные особенности при постановке целей и выборе стратегий консультирования.

ПК-4. Основы психологической коррекции и реабилитации:

Представление о методах и техниках психологической коррекции.

Умение разрабатывать и применять коррекционные программы (в рамках компетенций).

Навыки оказания первой психологической помощи в кризисных ситуациях.

ПК-5. Соблюдение этических и правовых норм:

Знание этического кодекса психолога.

Понимание правовых аспектов работы с несовершеннолетними (конфиденциальность, информированное согласие, права ребенка).

Умение действовать в рамках профессиональной этики и законодательства.

ПК-6. Навыки консультирования по специфическим подростковым проблемам:

Умение работать с запросами, связанными с самооценкой, идентичностью, самоопределением.

Владение техниками консультирования по проблемам межличностных отношений (дружба, конфликты, первая любовь).

Навыки работы с тревожностью, страхами, агрессивным поведением.

Умение консультировать по вопросам профессиональной ориентации и мотивации к обучению.

ПК-7. Владение техниками работы с кризисными состояниями у подростков:

Распознавание признаков кризисных состояний (депрессия, суицидальные мысли, самоповреждающее поведение).

Навыки оказания экстренной психологической помощи и направления к специалистам (при необходимости).

ПК-8. Умение применять методы арт-терапии и игротерапии:

Навыки использования творческих и игровых методов для установления контакта, диагностики и коррекции.

Понимание возможностей арт-терапии и игротерапии в работе с подростками.

ПК-9. Навыки группового консультирования подростков:

Понимание принципов формирования и ведения терапевтических и тренинговых групп для подростков.

Умение применять групповые формы работы для решения конкретных задач.

ПК-10. Компетенции взаимодействия с родителями и окружением подростка:

Навыки консультирования родителей по вопросам подросткового возраста.

Умение выстраивать конструктивное взаимодействие с родителями и педагогами.

Понимание роли окружения в развитии и проблемах подростка.

Ожидаемые результаты освоения программы

По итогам освоения программы повышения квалификации слушатели будут:

Знать:

- Основные закономерности психофизиологического, когнитивного, эмоционального и социального развития подростков.
- Ключевые теоретические подходы в психологическом консультировании.
- Специфику построения терапевтического альянса с подростками.
- Методы и методики психодиагностики, применяемые в работе с подростками.
- Основные проблемы, с которыми сталкиваются подростки, и подходы к их психологической коррекции.

Уметь:

- Проводить психодиагностическое обследование подростков.
- Устанавливать доверительный контакт и эффективно коммуницировать с подростками.
- Применять различные техники консультирования для решения актуальных проблем подростков.
- Работать с распространенными видами подростковых запросов (самооценка, отношения, тревога, агрессия и др.).
- Оказывать базовую помощь в кризисных ситуациях.
- Консультировать родителей по вопросам воспитания и взаимодействия с подростком.
- Осуществлять самоанализ и рефлекссию своей профессиональной деятельности.

Владеть:

- Навыками построения терапевтического диалога с подростком.
- Методиками психодиагностики и коррекции.
- Навыками работы с родителями и в групповых формах.

- Приемами профилактики профессионального выгорания.

1.4 Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению программы повышения квалификации допускаются лица:

- имеющие высшее образование; получающие высшее образование;
- имеющие среднее специальное образование.

1.5 Трудоемкость обучения

Курс рассчитан на 1 месяц, общая трудоемкость освоения программы профессиональной переподготовки составляет 56 часов за весь период обучения и включает, все виды практической, дистанционной и самостоятельной работы слушателя.

1.6 Программа включает:

- освоение теоретического материала по записанным видео-лекциям, презентациям, чек-листам;
- консультирование с кураторами группы;
- проведение практических занятий по отработке практических навыков с кураторами и в мини-группах.

1.7 Форма обучения

Обучение проводится по онлайн/групповой форме, в очно-заочном формате обучения с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ), на русском языке.

1.8 Требования программы (требования к аудитории, программному обеспечению)

Программа повышения квалификации реализуется с использованием системы дистанционного обучения Getkurs. Слушателям необходимо стандартное программное обеспечение (операционная система, офисные программы) и выход в интернет. Программа предназначена для: психологов, завершивших обучение, но не имеющих достаточной практики с подростками, педагогов-психологов, школьных психологов, клинических психологов, социальных педагогов, учителей, воспитателей, социальных работников, руководителей детских и подростковых коллективов,

специалистов психологических служб, для всех специалистов, чья профессиональная деятельность связана с работой с подростками, родителей.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование дисциплин	Продолжительность в акад. часах	Теория	Практика	Форма промежуточной и итоговой аттестации
Модуль 1. Кто такой подросток?	13	3	10	зачет
1.1 Возрастные особенности подростков. Норма и отклонение в поведении.	3	3	-	
2.2 Мотивация, коммуникация, психика.	5	-	5	
2.3 Родители подростка	5	-	5	
Модуль 2. Диагностика: просто о сложном.	16	3	13	зачет
2.1 Особенности диагностики подростков, контакт, вовлечение.	3	3	-	
2.2 Характер, способности.	6	-	6	
2.3 Построение контакта.	7	-	7	
Модуль 3. От запроса к действию	15	-	15	зачет
3.1 Работа с распространенными запросами родителей и подростков.	5	-	5	
3.2 Разбор успешных и неудачных трактовок, отработка алгоритмов на кейсах.	5	-	5	
3.3 Моделирование консультаций по реальным запросам.	5	-	5	
Модуль 4. Сопровождение подростков	12	-	12	зачет
4.1 Групповая работа: анализ и обсуждение кейсов сопровождения.	4	-	4	
4.2 Моделирование консультаций по сопровождению подростков. Итоговое обсуждение.	4	-	4	
4.3 Разбор успешных и неудачных трактовок, отработка алгоритмов на кейсах.	4	-	4	
Итоговая аттестация				Итоговое тестирование
Итого:	56	6	50	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п.п.	Наименование дисциплины	Общая трудоемкость в акад. часах	Учебные недели
1.	Модуль 1. Кто такой подросток?	13	1 неделя
2.	Модуль 2. Диагностика: просто о сложном.	16	2 неделя
3.	Модуль 3. От запроса к действию	15	3 неделя
4.	Модуль 4. Сопровождение подростков	12	4 неделя
	Итоговая аттестация:		Итоговое тестирование

Модуль 1. Кто такой подросток?

Лекция. Возрастные особенности подростков. Норма и отклонение в поведении. Понятие «Возрастная задача развития», «Нормативное развитие», «Нарушение развития». Перечень и содержание задач развития подростка. Маркер нормативного и отклоняющегося развития. Этапы развития личности в подростковом возрасте. Пять точек амбивалентности подростка. Задачи развития пубертатного периода. Задачи развития в юности. Маркеры возрастного развития. Наличие смысловозрительного кризиса у подростка. Самостоятельность и идентичность.

Практикум 1. Мотивация, коммуникация, психика. Что является нормой и отклонением в трех ключевых зонах развития: мотивация, коммуникация, психика. Разбор особенностей поведения подростка на основе фильмов, кейсов, ситуаций.

Практикум 2. Родители подростка. Особенности работы с родителями подростка через призму возрастных задач. Групповое обсуждение и разбор типовых трудностей в работе с подростками. Как объяснить родителям возрастные задачи подростков. Примеры возрастных задач. Алгоритм разбора кейса.

Модуль 2. Диагностика: просто о сложном.

Лекция. Особенности диагностики подростков, контакт, вовлечение. Любят ли подростки диагностику. Что нравится подросткам в диагностике? Что вызывает трудности и протесты у подростка? Роль самоидентификации и цифровых платформ. Как предотвратить откат. Как поддержать мотивацию у подростков. Как родителям взаимодействовать с результатами диагностики. Практическая польза для родителей. Цели диагностики, которые психолог может озвучить родителю. Зачем нужна диагностика? Особенности

подросткового возраста. Специфика проведения диагностики. Работа с итогами диагностики. Интерпретация результатов. Типичные ошибки в диагностике. Практические советы.

Практикум 1. Характер, способности. 4 диагностических направления: характер, способности, коммуникативные навыки, ценности и отношения. Подбор методов диагностики по задачам, интерпретация данных. Связь с формулировкой запроса.

Практикум 2. Построение контакта. Что работает, а что вызывает отторжение. Разбор кейсов по диагностике и обсуждение результатов. Алгоритм обратной связи ребенку и родителю по итогам диагностики.

Модуль 3. От запроса к действию.

Практикум 1. Работа с распространенными запросами родителей и подростков. Групповая работа по формированию гипотез, обсуждение и дополнение.

Практикум 2. Разбор успешных и неудачных трактовок, отработка алгоритмов на кейсах. Моделирование консультаций по реальным запросам. Алгоритм анализа сложного случая, выдвижения обоснованных гипотез и планирования кризисного вмешательства с последующей коррекционной работой. Моделирование процесса консультирования. Алгоритм диагностики и работы со скрытыми запросами подростка, связанными с самоорганизацией, тревожностью и эмоциональным выгоранием. Алгоритм перевода поверхностного запроса родителей в систему рабочих гипотез, постановку целей терапии и построение плана консультационной работы с подростком.

Практикум 3. Моделирование консультаций по реальным запросам. Разбор успешных и неудачных трактовок, отработка алгоритмов на кейсах. Гипотетико-алгоритмический подход. Логика алгоритма работы над кейсом. Алгоритм работы с детскими и подростковыми запросами и в условиях, когда семейная система недоступна для коррекции. Алгоритм моделирования процесса психологического консультирования подростка на основе анализа кейса, выдвижения гипотез и оценки профессиональных рисков и эффектов. Алгоритм ведения консультации подростков с комплексными нарушениями.

Модуль 4. Сопровождение подростков.

Практикум 1. Групповая работа: анализ и обсуждение кейсов сопровождения. Отработка алгоритмов сопровождения подростка в сложных жизненных ситуациях.

Практикум 2. Моделирование консультаций по сопровождению подростков. Итоговое обсуждение, обмен опытом, ответы на вопросы.

Практикум 3. Разбор успешных и неудачных трактовок, отработка алгоритмов на кейсах.

4.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1 Материально-технические условия

1. Материально-техническая база, соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивающей проведение всех видов аудиторной, практической, дисциплинарной и междисциплинарной подготовки слушателей, предусмотренных учебным планом.
2. Реализуемая программа обеспечена необходимым комплектом программного обеспечения. При проведении лекций в дистанционном формате, используется мультимедийное оборудование: компьютер, веб-камера, микрофон.
3. Программа обеспечена учебно-методической документацией и материалами по всем учебным разделам.

При реализации программы повышения квалификации предусматриваются следующие виды внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателей:

- Работа с учебно-методическими пособиями (конспектом лекций);
- Работа с рекомендованной литературой;
- Просмотр и прослушивание обучающимся видео / аудио материалов;
- Работа в единой информационной системе в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет";
- Подготовка к итоговой аттестации.

4.2 Кадровое обеспечение

При подборе преподавателей учитывается их теоретическая подготовка и наличие практических знаний в данной сфере.

При организации и проведении учебных занятий со слушателями по данной программе преподавателям необходимо:

- Ознакомиться с составом учебной группы и должностным положением слушателей;
- Излагая материал по теме, находить разумное сочетание его теоретических и практических аспектов, при этом приоритет следует отдавать практическим вопросам;
- Давать слушателям по окончании учебных занятий методические рекомендации по самостоятельному изучению обсуждаемых проблем, использованию необходимой для этого литературы;
- Активно использовать при подготовке и проведении групповых обсуждений знания и опыт слушателей;
- Использовать инновационные технологии в обучении;

- Готовить информационно-справочный материал по раскрываемой теме, который может быть использован слушателями в практической работе.

5. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Критерием оценки успеваемости является достижение цели по освоению или совершенствованию компетенций.

Итоговая аттестация проводится в заключение освоения программы повышения квалификации. Целью итоговой аттестации является установление соответствия уровня подготовки слушателей планируемым результатам обучения. К итоговой аттестации допускается слушатель, в полном объеме выполнивший учебный план по осваиваемой программе повышения квалификации.

Формой итогового контроля является итоговый тест. Данный тест направлен на демонстрацию ключевых навыков и компетенций слушателей по результатам освоения программы.

При успешной сдаче итогового теста, слушатели получают удостоверение о повышении квалификации 34 ак. часа установленного образца.

Удостоверение регистрируется в Федеральной информационной системе ФРДО, что обеспечивает официальное признание документа на всей территории РФ.

Удостоверение подтверждает совершенствование и (или) получение новой компетенции, необходимой для профессиональной деятельности, и (или) повышение профессионального уровня в рамках имеющейся квалификации.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПОДРОСТКОВ»:

Поздравляем вас с окончанием курса!

После прохождения программы предлагаем пройти тестирование. Оно включает 18 вопросов с одним или несколькими вариантами ответа.

У вас есть 3 попытки пройти тестирование. После успешной сдачи тестирования, Вы получите бессрочный доступ к курсу.

После завершения тестирования **ОБЯЗАТЕЛЬНО** нажмите "Отправить ответ".

Если Вы пройдете тестирование и не отправите ответ, то система не засчитает Ваше прохождение. Будьте внимательны!

Желаем Вам удачи!

Вопросы:

1. Согласно подходу Б.М. Теплова, что означает «норма развития» в подростковом возрасте?

- a) Усреднённый стандарт, которому должен соответствовать каждый подросток.
- b) Диапазон индивидуальных проявлений, учитывающий особенности темперамента и способностей.
- c) Жёсткие критерии, определённые психологами для оценки поведения.
- d) Исключительно академические достижения и социальная адаптация.

Правильный ответ: **b)** Диапазон индивидуальных проявлений, учитывающий особенности темперамента и способностей.

2. Согласно подходу Е.П. Ильина, что является ключевым фактором в развитии мотивации подростка?

- a) Жёсткий контроль со стороны взрослых.
- b) Ориентация на мнение большинства сверстников.
- c) Строгое соблюдение социальных норм.
- d) Поиск личных смыслов и эмоциональная вовлечённость.

Правильный ответ: **d)** Поиск личных смыслов и эмоциональная вовлечённость.

3. Какой из перечисленных этапов является первым в алгоритме анализа возрастной задачи развития подростка?

- a) Выявление нарушений развития и постановка проблемы.
- b) Диагностика нормативного развития (оценка соответствия возрастным нормам).
- c) Назначение коррекционных мероприятий без предварительной диагностики.
- d) Сравнение поведения подростка с идеальными стандартами.

Правильный ответ: **b)** Диагностика нормативного развития (оценка соответствия возрастным нормам).

4. При анализе поведения подростка в мультфильме «Белая мышка» вы заметили, что герой демонстрирует резкие перепады настроения и агрессивно реагирует на критику. Какой аспект развития это характеризует?

- a) Нормативное проявление самостоятельности.
- b) Признаки эмоциональных нарушений (тревожность, заниженная самооценка).
- c) Успешная социализация и адаптация.
- d) Формирование устойчивой системы ценностей.

Правильный ответ: **b)** Признаки эмоциональных нарушений (тревожность, заниженная самооценка).

5. Родители жалуются, что их 14-летний сын стал скрытным и меньше общается с семьёй. Какую возрастную задачу можно здесь выделить?

- a) Нарушение привязанности, требующее коррекции.
- b) Формирование внутреннего мира и потребность в автономии (нормативный этап).
- c) Признак депрессии или социальной тревожности.
- d) Результат плохого влияния сверстников.

Правильный ответ: **b)** Формирование внутреннего мира и потребность в автономии (нормативный этап).

6. Какая рекомендация будет наиболее полезной для родителей, чей подросток 10-ти лет экспериментирует с разными хобби, но быстро теряет интерес?

- a) «Запретите ему бросать кружки, иначе он никогда ничему не научится».
- b) «Это нормальный поиск себя. Поддерживайте его интересы, но мягко помогайте анализировать, почему он теряет мотивацию».
- c) «Это признак лени и безответственности, нужно поработать с мотивацией».
- d) «Пусть пробует всё подряд, рано или поздно сам найдет, что ему наиболее интересно».

Правильный ответ: **b)** «Это нормальный поиск себя. Поддерживайте его интересы, но мягко помогайте анализировать, почему он теряет мотивацию».

7. Какое из утверждений о возрастных особенностях диагностики является неверным?

- a) Для младших подростков (10-12 лет) предпочтительны игровые и рисуночные методики
- b) Подростки 15-17 лет демонстрируют наибольшую мотивацию к тестам профессиональной ориентации
- c) Стандартизированные тесты взрослых могут применяться для подростков без адаптации
- d) В старшем подростковом возрасте повышается значимость ценностных опросников

Правильный ответ: **c)**

8. Какие три методики будут наиболее релевантны для комплексной диагностики 14-летнего подростка с жалобами на коммуникативные трудности и низкую самооценку? (Выберите оптимальную комбинацию)

- a) Тест Равена, методика Рокича, цветовой тест Люшера
- b) Социометрия, тест «Дом-Дерево-Человек», опросник коммуникативных умений
- c) ММРІ, тест Векслера, анкета Шварца
- d) Тест Айзенка, методика «Несуществующее животное», матрицы Равена

Правильный ответ: **б**

9. Какие из перечисленных факторов наиболее существенно влияют на формирование доверительного отношения подростка к диагностическому процессу? (Выберите 3 наиболее значимых варианта)

- а) Использование исключительно стандартизированных тестовых методик
- б) Гарантии полной конфиденциальности результатов
- с) Возможность обсудить полученные результаты с психологом
- д) Обязательное участие родителей в процессе диагностики
- е) Акцент на выявлении сильных сторон личности
- ф) Использование только проективных методик

Правильные ответы: **б, с, е**

10. Какая основная возрастная задача характерна для младшего подросткового возраста (10-11 лет)?

- а) Профессиональное самоопределение
- б) Формирование первичной самооценки и начало социальной адаптации
- с) Укрепление самоидентичности и углубление социальных связей
- д) Принятие роли взрослого

Правильный ответ: **б**

11. Для диагностики ценностей у старших подростков (15-17 лет) лучше всего подходит:

- а) Тест Розенберга
- б) Методика Рокича или Шварца
- с) Рисуночный тест «Несуществующее животное»
- д) Опросник Кеттелла (16PF)

Правильный ответ: **б**

12. Какой метод поможет определить интеллектуальные особенности подростка 12-14 лет?

- а) Тест Равена
- б) Методика «Дом-Дерево-Человек» (ДДЧ)
- с) Анкета мотивации обучения
- д) Социометрия

Правильный ответ: **а**

13. Результаты социометрии показали, что подросток 14 лет находится в позиции «изгоя» в классе. Какое направление коррекционной работы будет приоритетным?

- а) Когнитивно-развивающее
- б) Социально-психологическое

- с) Семейное консультирование
- д) Экзистенциально-ценностный анализ

Правильный ответ: **б**

14. Какой метод диагностики вероятнее всего НЕ подойдет для оценки уровня саморегуляции у гиперактивного в общении подростка?

- а) Наблюдение за поведением в формальных и неформальных ситуациях
- б) Опросник автоматических мыслей (АТQ)
- с) Тест Равена на невербальный интеллект
- д) Шкала эмоциональной регуляции (ERS)

Правильный ответ: **с**

15. Какая рекомендация подойдёт для краткосрочной коррекции состояния мальчика 7–8 класса с раздражительностью и забывчивостью?

- а) Увеличить учебную нагрузку для «дисциплинирования»
- б) Ввести обязательные паузы для отдыха после школы + дробить задачи на мелкие шаги
- с) Запретить гаджеты на месяц
- д) Направить к неврологу для медикаментозного лечения

Правильный ответ: **б**

16. Какая особенность личности девочки 16 лет (9 класс) с анорексичным телосложением прослеживается по тесту Леонгарда-Шмишека? При том, что она старшая в семье с тремя детьми, от первого брака, удочерена отчимом. Отношения с матерью «как у подружек».

- а) Гипертимность и экзальтированность
- б) Демонстративность и жажда внимания
- с) Агрессивность и возбудимость
- д) Эмоциональная отчуждённость и высокий самоконтроль

Правильный ответ: **д**

17. Какая техника работы НЕ подходит для коррекции перфекционизма у подростка?

- а) Номинация «Ошибка недели»
- б) Упражнение «Намеренная ошибка» (сдать работу с небольшим дефектом)
- с) Ведение дневника промахов
- д) Когнитивное реструктурирование убеждения «Ошибка = катастрофа»
- е) Все варианты подходят

Правильный ответ: е

18. Какая стратегия поможет восстановить ресурсы при эмоциональном или физическом выгорании у подростка?

- а) Поиск энергетических ям в течение дня
- б) Рефлексия на тему «что такое отдых»
- с) Поиск временных ловушек
- д) Техники микро-отдыха
- е) Все вышеперечисленное

Правильный ответ: е

Расшифровка баллов:

1-11 баллов - тест не пройден.

Пожалуйста, прослушайте лекции более внимательно. Возможно вы упустили важные моменты. Немного усилий и у вас все получится!

12-14 баллов- тест пройден частично (нужно пройти ещё раз)

Вы ответили верно на большую часть вопросов, но какие-то темы вызвали затруднение. Рекомендуем прослушать эти темы повторно и пройти тест еще раз. У вас все получится!

15-18 баллов - тест пройден. Поздравляем! Вы отлично справились и полноценно усвоили весь материал.

Список литературы по теме «Психологическое консультирование подростков»:

1. Абрамова, Г. С. (2018). Возрастная психология. Москва: Академия.
2. Александрова, Е. А. (2019). Основы психологического консультирования. Москва: Юрайт.
3. Вачков, И. В. (2017). Основы техники групповой психотерапии. Москва: Ось-89.
4. Кон, И. С. (2017). Психология старшеклассника. Москва: Просвещение.
5. Крайг, Г., Бокум, Д. (2019). Психология развития. Санкт-Петербург: Питер.
6. Минухин, С., Фишман, Ч. М. (2018). Техники семейной терапии. Москва: Когито-Центр.
7. Нельсон-Джоунс, Р. (2018). Теория и практика консультирования. Санкт-Петербург: Питер.
8. Обухова, Л. Ф. (2016). Возрастная психология. Москва: Юрайт.
9. Рогов, Е. И. (2019). Настольная книга практического психолога в образовании. Москва: Владос.
10. Эйдемиллер, Э. Г., Юстицкий, В. В. (2018). Семейная психотерапия. Санкт-Петербург: Речь.

11. Кулаков, С. А. (2018). Психотерапия и консультирование подростков: Руководство для врачей и психологов. Москва: Когито-Центр. 12.
- Спиваковская, А. С. (2017). Как быть родителем подростка. Москва: Эксмо.
13. Эриксон, Э. (2019). Детство и общество. Санкт-Петербург: Питер.