

**АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСКИЙСКОГО
АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**



**Web-семинар по теме:
«Психологическая помощь в кризисных ситуациях»**

Теоретические аспекты кризисных ситуаций у детей и подростков

***Гильманова Евгения Дмитриевна,
Начальник отдела психолого-педагогического сопровождения
регионального центра психолого-педагогической помощи и
сопровождения АУ «Институт развития образования»***



Понятие «**кризис**» (от греч. krisis – решение, поворотный пункт, исход) – переломный момент, тяжелое переходное состояние, обострение, опасное неустойчивое состояние.



Разнообразные классификации ситуаций:

- критические ситуации (Ф.Е. Василюк);
- конфликты, ситуации физической опасности, ситуации неизвестности (К. Левин);
- аффектогенные жизненные ситуации (Ф.В. Бассин);
- конфликтные ситуации, ведущие к психологическому кризису (А.Г. Амбрумова);
- трудные ситуации (А.Я. Анцупов, А.Н. Шипилов) и др.



Выделяются два типа кризисных ситуаций:

- ситуации, обусловленные изменениями в естественном жизненном цикле,
- ситуации, вызванные травмирующими событиями жизни.



3. Фрейд выделял следующие виды психологических защит:

- сублимация (преобразование негативной энергии в социально одобряемые и приемлемые формы);
- вытеснение (устранение чувств, мыслей, мнений из сознания);
- рационализация (объяснение изначально иррациональных поступков и мнений);
- проекция (приписывание другим собственных ощущений, мнений);
- регрессия (обращение человека к примитивным уровням поведения и мышления);



3. Фрейд выделял следующие виды психологических защит:

- фиксация поведения (стремление сохранить стереотипные модели поведения, мышления, восприятия);
- уход от действительности (стремление перенестись в иную, часто нереальную жизнь);
- реактивное образование (изменение способа поведения на противоположный);
- психосоматические реакции (заболевание как реакция на негативный фактор);
- номадизм (стремление к изменению окружения, места жительства).



Отрицательные последствия кризиса, касающиеся состояния самой личности:

- прекращение развития личности, начало деградации;
- психическая и физиологическая дезорганизация личности;
- снижение активности и эффективности деятельности;
- состояние сомнения, психической подавленности, тревожности и зависимости человека от других людей и обстоятельств, общая депрессия; 6
- появление агрессии или, напротив, покорности в поведении человека в качестве защитных реакций на внутриличностный конфликт;
- появление неуверенности в своих силах, чувства неполноценности и никчемности;
- разрушение смыслообразующих жизненных ценностей и утрата самого смысла жизни.



*Отрицательные последствия кризиса, касающимися
внутренней структуры личности и ее
взаимодействия с другими людьми:*

- деструкция существующих межличностных отношений;
- неожиданное обособление личности в семье, молчание, отсутствие увлеченности – вообще все то, что в психологии получило название «отступления»;
- повышенная чувствительность к критике;
- пугающая информация – критиканство, ругательства, демонстрация своего превосходства;



*Отрицательные последствия кризиса, касающимися
внутренней структуры личности и ее
взаимодействия с другими людьми:*

- «ненормальное» поведение и неадекватная реакция на поведение других;
- неожиданные, нелогичные вопросы, а также ответы невпопад, приводящие собеседника в замешательство;
- жесткий формализм – буквоедство, формальная вежливость, слежение за другими;
- поиск виноватых – обвинение других во всех грехах или, напротив, самобичевание.



Возрастной кризис – это переходный период между возрастными этапами, который неизбежно переживается ребёнком при переходе от одного возрастного этапа к другому по завершении определенных стадий развития.

Л.С. Выготский выделяет следующие возрастные кризисы у детей: кризис одного года, трёх лет, семи лет и подростковый кризис (13-17 лет).



Ребёнок полностью зависит от адекватной эмоциональной заботы взрослых. Принимающие, понимающие, чувствующие своего ребёнка родители, формируют у ребёнка так называемую безопасную привязанность, при которой ребёнок верит в то, что «Я нужен, важен и любим».



Из таких отношений с родителями ребёнок делает следующие выводы:

«Со мной всё в порядке»,
«Людям можно доверять»,
«Меня уважают и ценят»,
«Отношения с людьми приносят много удовольствия, тепла и радости»,
«Это безопасно быть самим собой с другими. Другие принимают меня таким, какой я есть»,
«Это нормально — ошибаться. Со мной всё в порядке»
«Это нормально — просить других о помощи, поддержке, утешении»,
«Это важно — показывать свои чувства другим».



Спасибо за внимание!