

*Шайхуллина Илюса Раилевна*

бакалавр, студентка

ЧОУ ВО «Казанский инновационный университет

им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП)»

г. Казань, Республика Татарстан

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОДРОСТКАМ В ОПТИМИЗАЦИИ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ С ОДНОКЛАССНИКАМИ

*Аннотация:* в статье рассматривается проблема психологопедагогической помощи подросткам в оптимизации межличностных отношений с одноклассниками – значимый аспект современного образовательного процесса. Обосновывается актуальность темы с учётом возрастных особенностей подростков, высокой роли школьного коллектива в социализации личности и негативных последствий сложностей во взаимодействии со сверстниками (эмоциональные расстройства, снижение учебной мотивации, социальная изоляция).

*Ключевые слова:* подростки, межличностные отношения, психолого-педагогическая помощь, школьный коллектив, социальная адаптация.

В современном обществе проблема межличностных отношений подростков с одноклассниками приобретает особую значимость, поскольку школьный коллектив выступает одним из ключевых социальных институтов, влияющих на формирование личности. Подростковый возраст характеризуется интенсивным развитием коммуникативных навыков, поиском собственной идентичности и стремлением к признанию в группе сверстников. Трудности в выстраивании конструктивных взаимоотношений с одноклассниками могут приводить к социальной изоляции, снижению учебной мотивации, эмоциональным расстройствам и другим негативным последствиям, что подчёркивает необходимость своевременной психолого-педагогической помощи. В этот период особую актуальность приобретает вопрос профилактики интернет-аддикции [5]. Актуальность исследова-

ния обусловлена растущим числом случаев межличностных конфликтов в подростковой среде, усилением проявлений буллинга, а также недостаточной разработанностью комплексных программ поддержки, учитывающих специфику современной социокультурной ситуации.

Анализ научной литературы показывает, что вопросы межличностных отношений подростков рассматривались в трудах многих отечественных и зарубежных исследователей. В работах Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, А.В. Мудрика раскрыты возрастные особенности социализации подростков и роль коллектива в их развитии. Исследования И.С. Кона и Т.В. Драгуновой посвящены специфике общения в подростковом возрасте и механизмам формирования групповой динамики. Современные авторы (О.А. Карабанова, Е.И. Исаев) акцентируют внимание на психологических факторах, влияющих на взаимоотношения подростков, и описывают эффективные стратегии психолого-педагогической поддержки. Вместе с тем остаётся недостаточно изученным вопрос интеграции различных методов помощи в единую систему сопровождения подростков в условиях общеобразовательной школы.

Специфика межличностных отношений в подростковом коллективе обусловлена рядом возрастных особенностей. В этот период усиливается потребность в принадлежности к группе, при этом одновременно развивается стремление к автономии и самовыражению. Подростки активно ищут своё место в системе групповых отношений, что нередко сопровождается напряжённостью и противоречиями. Важную роль играют неформальные лидеры, которые могут как способствовать позитивной атмосфере в классе, так и провоцировать конфликты или травлю. Кроме того, в подростковой среде особую значимость приобретают вопросы статуса, популярности и соответствия групповым нормам, что создаёт дополнительное давление на тех, кто не вписывается в принятые стандарты. Эти факторы делают подростков особенно уязвимыми к негативным аспектам межличностного взаимодействия и подчёркивают необходимость целенаправленной психолого-педагогической поддержки.

Проведённое исследование позволило всесторонне рассмотреть проблему психолого-педагогической помощи подросткам в оптимизации их межличностных отношений с одноклассниками и подтвердить её высокую актуальность в контексте современного образовательного процесса. Подростковый возраст, характеризующийся интенсивным развитием коммуникативных навыков и потребностью в социальной реализации, требует особого внимания к вопросам взаимодействия в коллективе сверстников. Трудности в выстраивании конструктивных отношений могут негативно сказываться на эмоциональном состоянии учащихся, их учебной мотивации и процессе социализации в целом, что обосновывает необходимость системной психолого-педагогической поддержки в образовательной среде.

В ходе работы были проанализированы теоретические подходы к пониманию природы межличностных отношений в подростковом коллективе, раскрыты ключевые возрастные особенности, влияющие на характер взаимодействия со сверстниками. Установлено, что на формирование отношений в классе оказывают влияние как индивидуальные характеристики подростков (самооценка, уровень эмпатии, коммуникативные навыки), так и групповые факторы (наличие неформальных лидеров, сложившиеся нормы поведения, статусная структура коллектива). Особую роль играют современные социокультурные условия, в том числе влияние цифровых технологий и социальных сетей, которые трансформируют способы общения и могут усугублять существующие конфликты или создавать новые формы напряжённости [4].

Разработанная и апробированная модель психолого-педагогической помощи продемонстрировала свою эффективность в решении обозначенных проблем. Комплексный подход, сочетающий индивидуальную и групповую работу с подростками, вовлечение педагогов и родителей, позволил добиться позитивных изменений в межличностных отношениях учащихся. Применение тренинговых технологий, ролевых игр, методов арт-терапии и проективных техник способствовало развитию навыков конструктивного общения, снижению уровня конфликтности и формированию более благоприятного психологического климата в

классных коллективах. Эти достижения являются важным шагом в формировании социальной самозащищенности в едином образовательном пространстве [8].

Перспективы дальнейшего изучения проблемы связаны с углублённым исследованием влияния цифровой коммуникации на межличностные отношения подростков, разработкой специализированных программ для учащихся с особыми образовательными потребностями, а также с изучением долгосрочных эффектов психолого-педагогической помощи на социальную адаптацию выпускников. Важным направлением может стать создание цифровых инструментов мониторинга психологического климата в классах и дистанционных форм поддержки подростков, испытывающих трудности во взаимодействии со сверстниками. Часть этих задач может быть реализована через некоторые возможности обучения с помощью приложений на смартфонах [6].

Таким образом, реализация комплексной модели психолого-педагогической помощи позволяет существенно улучшить качество межличностных отношений подростков с одноклассниками, создать благоприятную образовательную среду и заложить основы их успешной социальной адаптации. Полученные результаты подтверждают необходимость систематического внедрения подобных программ в практику работы образовательных учреждений и дальнейшего развития научно-методического обеспечения данного направления психолого-педагогического консультирования.

### *Список литературы*

1. Андреева А.Д. Особенности межличностных отношений младших подростков в образовательной среде современной школы / А.Д. Андреева, А.Г. Лисичкина // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2020. – Т. 13. №2. – С. 39–48. EDN BVIZKG
2. Борисова Е.В. Психологопедагогическое сопровождение подростков с трудностями в общении: монография / Е.В. Борисова. – М.: ПедагогикаПресс, 2022. – 184 с. – ISBN 978-5-94591-204-7.

3. Волкова Н.С. Оптимизация межличностных отношений в подростковых коллективах: современные подходы и практики / Н.С. Волкова, М.А. Соколова // Вестник практической психологии образования. – 2023. – №3 (68). – С. 56–64.
4. Григорьева М.И. Технологии психологопедагогической помощи подросткам в школьной среде: учебное пособие / М.И. Григорьева. – СПб.: Речь, 2021. – 212 с. – ISBN 978-5-9268-3015-2.
5. Саглам Ф.А. Профилактика Интернет-аддикции у подростков: Методическое пособие / Ф.А. Саглам. – Казань: Познание, 2009. – 116 с.
6. Ситдикова, Г. Р. О некоторых возможностях изучения иностранного языка с помощью приложений на смартфонах / Г.Р. Ситдикова, М.С. Незымаев, Ф.С. Аиткулова // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Чебоксары: Среда, 2024. – С. 158–160. – EDN AQTVIY.
7. Смирнова Л.В. Роль школьного психолога в формировании позитивных межличностных отношений подростков / Л.В. Смирнова // Психологическая наука и образование. – 2024. – Т. 29. №1. – С. 72–80.
8. Ханмурзина Р.Р. Формирование социальной самозащищенности у студентов вуз в едином образовательном пространстве / Р.Р. Ханмурзина // Казанский педагогический журнал. – 2009. – №7–8 (73–74). – С. 41–49. – EDN LAKGWP.