

Выполнил студент V курса:
Греков Владимир Викторович



автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования Центросоюза Российской Федерации
СИБИРСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЙ КООПЕРАЦИИ
Новосибирск 2026

Научный руководитель:
Коростелева Наталья Александровна
(кандидат педагогических наук, доцент)

Тема: «Особенности копинг-стратегий подростков с акцентуациями характера»

Проблема исследования

Можно ли выстроить индивидуальные копинг-стратегии при проявлении различных типов акцентуаций характера подростка?

Цель исследования

Проанализировать особенности копинг-стратегий подростков с акцентуациями характера и реализовать программу работы педагога-психолога с адаптивными и неадаптивными копинг-стратегиями подростков.

Методы исследования

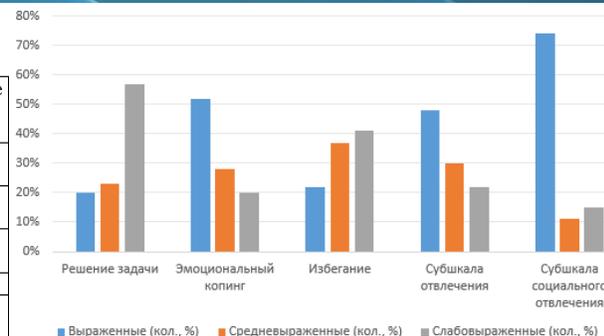
Анализ литературы по проблеме исследования, диагностические методы (наблюдение, опросник изучения акцентуаций характера К. Леонгарда – Г. Шмишека, в адаптации Г.Г.Павлова, опросник «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС) Н. Эндлера, Дж. Паркера, в адаптации Т.Л.Крюковой). Качественный и количественный анализ результатов исследования.

База исследования

Муниципальное автономное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №7» города Назарово Красноярского края.

Результаты опросника «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях» (КПСС) Н. Эндлера, Дж. Паркера в адаптации Т.Л. Крюковой (констатирующий этап эксперимента)

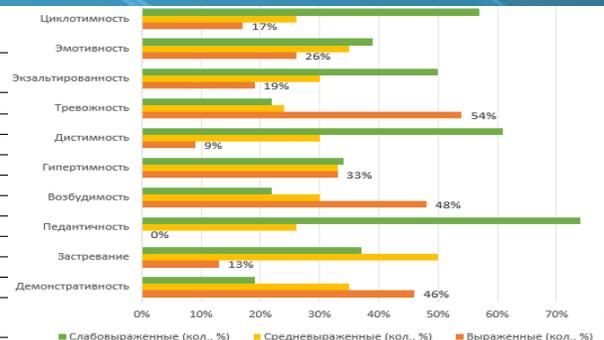
| № п/п копинг-стратегии | Акцентуации характера | Выраженные (кол., %) | Средневыраженные (кол., %) | Слабовыраженные (кол., %) |
|--|-----------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1. Копинг, ориентированный на решение задачи | | 9 (20%) | 11 (23%) | 26 (57%) |
| 2. Копинг, ориентированный на эмоции | | 24 (52%) | 13 (28%) | 9(20%) |
| 3. Копинг, ориентированный на избегание | | 10 (22%) | 17 (37%) | 19 (41%) |
| 4. Субшкала отвлечения | | 22 (48%) | 14 (30%) | 10 (22%) |
| 5. Субшкала социального отвлечения | | 34 (74%) | 5 (11%) | 7 (15%) |



Подростки с выраженными акцентуациями характера чаще прибегают к копинг-стратегиям, ориентированным на эмоции, к социальному отвлечению

Результаты опросника изучения акцентуаций характера К. Леонгарда – Г. Шмишека, в адаптации Г.Г. Павлова (2025)

| № п/п | Тип акцентуации | Выраженные (кол., %) | Средневыраженные (кол., %) | Слабовыраженные (кол., %) |
|------------------------------------|--------------------|----------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1 | Демонстративность | 21 (46%) | 16 (35%) | 9 (19%) |
| 2 | Застревание | 6 (13%) | 23 (50%) | 17 (37%) |
| 3 | Педантичность | 0 (0%) | 12 (26%) | 34 (74%) |
| 4 | Возбудимость | 22 (48%) | 14 (30%) | 10 (22%) |
| 5 | Гипертимность | 15 (33%) | 15 (33%) | 16 (34%) |
| 6 | Дистимность | 4 (9%) | 14 (30%) | 28 (61%) |
| 7 | Тревожность | 25 (54%) | 11 (24%) | 10 (22%) |
| 8 | Экзальтированность | 9 (19%) | 14 (30%) | 23 (50%) |
| 9 | Эмотивность | 12 (26%) | 16 (35%) | 18 (39%) |
| 10 | Циклотимность | 8 (17%) | 12 (26%) | 26 (57%) |
| Количество опрошенных респондентов | | 46 (100%) | | |



Ярко выраженные акцентуации характера: демонстративность, возбудимость, тревожность



Программа работы педагога-психолога с адаптивными и неадаптивными копинг-стратегиями подростков

Цель программы: помочь подростку найти адаптивные копинг-стратегии поведения для совладания со стрессом и трудностями.

1 блок «Я, социум и мои эмоции»

Тематика занятий: «Мы похожи?», «Вместе - мы сила», «Чувства, эмоции, страхи», «Я протестую», «Я и мои одноклассники», «Я - хороший, я - плохой», «Копинг - стратегия «Включи оптимизм»», «Мы равны».

2 блок «Развитие адаптивных копинг-стратегий поведения»

Тематика занятий: «Проблемный анализ», «Установка собственной ценности», «Сохранение самообладания», «Плюсы и минусы моего поведения», «Сохранение самообладания», «Аргументированный протест», «Карта стратегий».

3 блок «Анализ неадаптивных копинг-стратегий поведения»

Тематика занятий: «Мои стратегии», «Целеполагание как ресурс успешного преодоления стресса», «Рефлексия и осознанность», «Друг в помощь», «Активные способы отвлечения».