

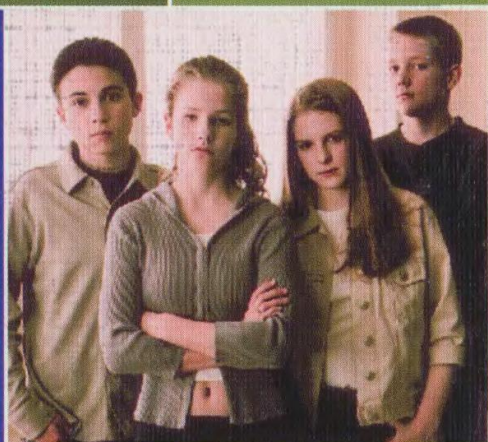
Высшее профессиональное образование

О.В. Хухлаева

# ПСИХОЛОГИЯ ПОДРОСТКА

3-е издание

Учебное пособие



Психология





# ПСИХОЛОГИЯ ПОДРОСТКА

ISBN 978-5-7695-5049-2



Издательский центр «Академия»  
[www.academia-moscow.ru](http://www.academia-moscow.ru)



ВЫСШЕЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

О. В. ХУХЛАЕВА

# ПСИХОЛОГИЯ ПОДРОСТКА

*Рекомендовано  
Учебно-методическим объединением  
по специальностям педагогического образования  
в качестве учебного пособия  
для студентов высших учебных заведений,  
обучающихся по специальности  
031000 — Педагогика и психология*

3-е издание, стереотипное



Москва  
Издательский центр «Академия»  
2008

УДК 159.922.6(075.8)  
ББК 88.37я73  
Х987

Рецензенты:

доктор педагогических наук, доктор психологических наук,  
профессор кафедры психологии развития МПГУ *А. И. Савенков*;  
кандидат психологических наук, профессор, зав. кафедрой  
теоретических основ социальной психологии МПГУ *О. Б. Крушельницкая*

**Хухлаева О. В.**

**Х987** Психология подростка : учеб. пособие для студ. высш. учеб.  
заведений. — 3-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Ака-  
демия», 2008. — 160 с.  
ISBN 978-5-7695-5049-2

В книге анализируются и систематизируются основные проблемы, сопровождающие протекание кризиса взросления у современных российских подростков. Описываются основные направления психологической поддержки подростков и взаимодействующих с ними взрослых — педагогов и родителей. Теоретические положения иллюстрируются выдержками из бесед с подростками и их родителями.

Для студентов высших учебных заведений. Может быть полезна учителям и родителям.

УДК 159.922.6(075.8)  
ББК 88.37я73

~~Хухлаева Ольга Владимировна~~

**Психология подростка**

**Учебное пособие**

Редактор *М. И. Черкасская*

~~Ответственный редактор~~ *С. А. Шаренкова*

~~Компьютерная верстка:~~ *О. С. Александрова*

Корректоры *О. А. Горгун, Э. Г. Юрга*

Изд. № 103106076. Подписано в печать 03.03.2008. Формат 60×90/16.  
Гарнитура «Таймс». Печать офсетная. Бумага офс. № 1. Усл. печ. л. 10,0.  
Тираж 1 000 экз. Заказ № 26143.

Лицензия ИД № 02025 от 13.06.2000. Издательский центр «Академия».  
Санитарно-эпидемиологическое заключение № 77.99.02.953.Д.004796.07.04 от 20.07.2004.  
117342, Москва, ул. Бутлерова, 17-Б, к. 360. Тел./факс: (495) 334-8337, 330-1092.

Отпечатано в ОАО «Саратовский полиграфкомбинат».  
410004, г. Саратов, ул. Чернышевского, 59. [www.sarpk.ru](http://www.sarpk.ru)

*Оригинал-макет данного издания является собственностью  
Издательского центра «Академия», и его воспроизведение любым способом  
без согласия правообладателя запрещается*

© Хухлаева О. В., 2004  
© Образовательно-издательский центр «Академия», 2004  
ISBN 978-5-7695-5049-2 © Оформление. Издательский центр «Академия», 2004



## ПРЕДИСЛОВИЕ

Подростковый период — важнейший этап жизни, во многом определяющий последующую судьбу человека. Его можно сравнить с распутием, где Иван-Царевич остановился в раздумьи около камня с надписью: «Налево пойдешь... направо пойдешь...» В одну сторону — путь к реальной взрослости, когда человек принимает на себя ответственность за свою жизнь, понимает смысл собственного бытия, ощущает радость жизни. В другую — к взрослости иллюзорной, инфантильной или асоциальной с множеством проблем.

Но особенно трудно приходится подростку, когда его взросление проходит в условиях нестабильности в экономической и культурно-ценностной сферах развития современного общества, кризиса семьи. Именно в таких условиях пребывают большинство современных российских подростков. Несмотря на разницу в социальной среде, почти все они остро переживают этот период: становятся агрессивными, непослушными в общении с родителями и учителями, а некоторые начинают употреблять алкоголь и наркотики.

В такой ситуации самые заботливые родители и педагоги нередко оказываются беспомощными. Не понимая, что происходит с подростками, они совершают поступки, усугубляющие кризисное состояние их детей. При этом часто сами родители находятся в стрессовом состоянии, неблагоприятно сказывающемся на их эмоциональном и физическом благополучии.

Задача настоящей книги — показать основные проблемы, связанные с подростковым возрастом, и наметить пути их разрешения, а также основные варианты психологической поддержки как самих подростков, так и окружающих их взрослых — педагогов и родителей.

Книга написана при участии студентов факультета педагогики и психологии Московского педагогического государственного университета, которые провели много бесед с подростками и их родителями из разных по типу и социальному статусу семей. Выдержки из этих бесед ши-



роко представлены в тексте. В книге «звучат» голоса реальных людей, что, на наш взгляд, более эффективно, чем самое глубокое теоретизирование по поводу подростковых проблем. Выражаю благодарность всем моим студентам, многие из которых теперь уже стали коллегами, за помощь и сотрудничество, а также учащимся Ломоносовской школы г. Москвы за доверительность и открытость общения, что помогло увидеть многие проблемы глазами ребят.



## ПОДРОСТОК В ТРАДИЦИОННОМ ОБЩЕСТВЕ

В глубокой древности подростковый период считался таким же качественным изменением состояния человека, как рождение, взросление, вступление в брак, смерть, и сопровождался определенными обрядами, называемыми сегодня инициационными.

Действительно, *обряды инициации* воспринимались как одна из важнейших сторон общественной жизни в традиционном обществе. Прохождение подростка через комплекс таких обрядов означало его полную социализацию с получением прав и обязанностей взрослого человека.

Обряды инициации являлись частным случаем так называемых *ритуалов*, которые сопровождали всякое качественное изменение состояния человека.

Содержание этих ритуалов было во многом одинаковым. Вначале происходило «...лишение объекта, вводимого в новую возрастную реальность, признаков прежнего состояния» (В. В. Бочаров, с. 94), т. е. совершались те или иные действия, которые символизировали потерю прежних качеств (как пример таких действий можно привести сохранившийся до нашего времени ритуал омовения).

Затем объект ритуала преображался, т. е. наделялся новыми признаками, например, происходило открытие глаз, развязывание ног у младенца и, наоборот, закрытие глаз и завязывание рук и ног у покойника. Были также распространены действия с волосами (подрезание или заплетание в косу и т. п.), одеждой, изменение имени.

Таким образом, результатом каждого обряда было символическое разрушение старого объекта и превращение его в новый, имеющий новое качество. Это отражалось и в его названии: новорожденный, новобрачный и новопреставленный.

Итак, во всех обрядах присутствовала различным образом представленная символика «смерти — нового рождения».

Применительно к подросткам это проявлялось в следующем. Как правило, инициации начинались с отделения подростка от семьи и уединения в особой хижине или в ночном лесу. Лес при этом символизировал потусторонний мир, а ночь, темнота — за-



родышевый тип существования как на космическом уровне (первичный хаос), так и на индивидуальном. Символика смерти могла присутствовать также в форме придания иницилируемым подросткам внешнего сходства с покойниками. К примеру, это могло быть натираание красным или белым порошком, укладывание в свежерырытые могилы или ритуальное «оплакивание» матерями. Довольно часто в инициации включалось нанесение подросткам тех или иных физических повреждений (татуировка, надрезы, ампутация отдельных пальцев или их частей, удаление зубов и т. п.).

Символика нового рождения присутствовала в форме придания подросткам внешнего сходства с новорожденными. К примеру, их могли кормить как младенцев и водить за руку либо заворачивать в шкуры животных, давать новые имена.

Как отмечает М. Элиаде (1994), переживание символической смерти означало преодоление мирского, «слепого», непосвященного состояния, взятие на себя ответственности быть человеком. Такое переживание происходило по схеме: страдание — символическая смерть — духовное возрождение. Таким образом осознанно или неосознанно подросток улавливал важнейшие жизненные истины: 1) чтобы родилось новое качество, необходимо символическое отмирание старого; 2) за всякой символической смертью обязательно последует новое рождение.

«...Мальчиков забирали в... доме иницилируемых, где они должны были находиться в течение 10 дней. В это время мальчики должны были соблюдать ряд табу, в частности, не есть ничего... из продуктов, связанных с морем...

После окончания периода предварительной изоляции... лица иницилируемых раскрашивались черной краской, и они, каждый в сопровождении своего воспитателя, шли на берег моря» (Этнография детства ..., 1992, с. 101 — 102).

На острове Новая Британия мальчиков «...при достижении половой зрелости изолировали в специальной постройке рядом с мужским домом, и они проводили там несколько дней, подвергаясь различного рода испытаниям. В течение этого времени им специально закрашивали зубы черной краской, сделанной из смеси земли и сока определенного дерева, после чего зубы становились черными. В самом конце периода изоляции каждому мальчику давали новое имя, которое полностью заменяло предыдущее» (там же, с. 105).

Специфической особенностью обрядов перехода для подростков было так называемое таинство священного. Имеется в виду, что в процессе инициации происходило их включение в культовую, скрытую от непосвященных, сторону жизни, накопление информации эзотерического характера. Кроме того, подростки одновременно обучались использованию ритуальных инструментов, изучали тайное значение множества изобразительных симво-

лов, овладевали техникой разрисовывания товарищей во время обрядов, сложными танцевальными движениями, мужской лексикой, а также навыками устройства инициационных представлений, чтобы впоследствии самим организовывать их для непосвященных. Это было необходимо в традиционном обществе, поскольку тайной обрядовой деятельности отдавалось немало времени и усилий. Можно сказать, что в процессе инициации происходило становление духовной зрелости человека.

«Самым важным событием периода изоляции иницируемых был момент, когда воспитатели уводили мальчиков в глухое место в буше, где показывали им гуделки и учили их играть, т.е. изображать голоса духов» (там же, с. 104). Потом происходило обрезание. «Сразу после его завершения птицы — духи предков *муруа*, которых изображали мужчины, одетые в костюмы, полностью скрывавшие их, “улетали”, держа под крыльями каждого из иницируемых...» (там же, с. 105).

«Достаточно общим инициационным моментом обряда у жителей острова Малекула... было устройство многочисленных мистификаций и представлений... Можно привести некоторые из них, проводившиеся в деревне Ламбумбу. Мужчины изготавливали себе костюмы из листьев, покрывавшие голову и тело. Ноги обворачивали листьями, к пальцам рук привязывали длинные палочки, чтобы пальцы казались длиннее обычных человеческих. Нарядившись таким образом, глухой ночью они входили в дом, где спали посвящаемые, и при тусклом свете углей в очаге, изображая духов, будили мальчиков и подвергали их, сонных, различного рода физическому воздействию — били, царапали и т.д. Мальчики, разумеется, даже не подозревали, что это всего лишь переодетые мужчины» (там же, с. 103).

Помимо таинства священного также специфическим для инициаций являлось наличие в них таинства сексуального. И это понятно, поскольку в результате подростки получали статус не только социально и духовно зрелого человека, но и сексуально зрелого со всеми вытекающими из этого правами и обязанностями. Символизм сексуального присутствовал в форме различных действий с фаллосом, в том числе различного рода надрезаний или подрезаний.

«На рассвете около мужского дома собирали иницируемых и провожали их на берег моря или реки... По прибытии... старший брат или, если его не было, другой мужской родственник садился на землю, вытянув ноги. Мальчик садился в полулежачем положении, опираясь на него. Один из мужчин... держал мальчика за ноги, другой — за голову. Затем дядя мальчика подкладывал под верхнюю часть выступающей кожи фаллоса костяную пластинку и ножом из кости свиньи делал длинный продольный надрез, затем костяная пластинка удалялась, и мальчика погружали в воду,



для того чтобы остановить кровь... Правильнее этот обряд... следует называть “обряд надрезания” в противоположность полному обрезанию, которое производилось в северных районах острова Малекула» (там же, с. 100).

«Несколько мужчин ложились на землю таким образом, что ноги одного из них касались головы предыдущего и т.д. и, выстраиваясь в одну линию, они образовывали живую цепочку на земле из тел, начинавшуюся от выхода из дома инициируемых. Свернутые листья пальмы... привязывали таким образом, что они казались гигантскими “фаллосами”, которые, возвышались над животом, грудью и головой лежащего мужчины, достигали “гениталий” следующего мужчины. Сами мужчины в это время лежали, закрыв глаза, и пели ритуальную песню. Кандидатов выводили среди ночи из дома и заставляли дотрагиваться до этой цепочки “фаллосов”» (там же, с. 103).

Интересно, что обряды инициаций у девочек были менее выраженными. Возможно, это объясняется малочисленностью инициируемых, поскольку обряды приурочивались к началу первой менструации, а не к достижению определенного возраста, как у мальчиков. Однако они сопровождались теми же таинствами, изоляцией, так же происходило обучение ритуальным ремеслам, песням и танцам.

Интересно, что ритуальные песни и танцы часто были откровенно сексуально непристойными. Причем это было характерно для тех обществ, в которых обязательными качествами для девушки являлись целомудрие и скромность. Непристойное поведение расценивалось как способ побыть в позиции «не Я», через что достигалась большая внутренняя целостность. Таким образом происходило знакомство с «темной стороной» своей личности и интеграция ее в себя.

Следует отметить, что при всей своей широкой распространенности инициации присутствовали не во всех культурах. Однако практически везде существовали обряды, имеющие символику «смерти — нового рождения», также сопровождавшиеся приобретением нового взрослого статуса.

«Охота... являлась одним из основных занятий орочей... Когда мальчику исполнялось 12 — 14 лет, он получал от отца, дяди или старшего брата стрелы и лук, отправлялся в тайгу и не возвращался до тех пор, пока не убивал какое-нибудь животное. Первая удачная охота подростка отмечалась торжеством, на котором соседей угощали мясом убитого животного. Гости хвалили мальчика, дарили принадлежности, необходимые каждому охотнику, а близкие родственники вручали специально изготовленный охотничий нож. С этого времени подросток считался охотником, человеком, способным кормить семью» (История и культура орочей, 2001, с. 33).

Какова специфика инициаций у славянских народов? У восточных славян отсутствуют сведения о коллективных инициациях для мальчиков. Однако, как отмечает Н. Е. Мазалова (2001), зафиксированы сведения об обрядовых действиях, связанных с появлением усов. Напротив, достаточно подробно описаны обряды для девочек, сопровождающие появление первых регул (менструаций).

Как нам представляется, некоторую связь с инициациями можно проследить в присущем славянам ритуальном поведении, характерном для ряда календарных и семейных обрядов (святки, масленица и т. п.). Так, например, во время бесчинств, в которых принимала участие молодежь предбрачного возраста, было принято тайно вывозить со двора пахотные орудия: бороны, плуги. А, как известно, борона имела фаллическую символику, связывалась с браком и деторождением. Кража также считалась ритуальным действием, придающим предметам свойства чужого, неземного мира.

Некоторую символику инициаций можно заметить в молодежных праздничных драках. Они, как и инициации, были существенно ритуализированы. Например, существовали традиционные средства провокации драк и их окончания.

«В псковско-новгородском сценарии этот момент [был хорошо. — О. Х.] разработан. Парни специально подпаивали подростков лет 10 и пускали их на гулянии впереди своей партии. Подростки кривлялись, сквернословили, делали непристойные жесты, задевали встречных парней из чужой компании — это называлось *ломаться*, *подлезать*, а сами подростки назывались *ломальщики* или *хайки*... Подростки в больших драках не участвовали; их роль — провоцировать взрослых парней» (Антропология насилия, 2001, с. 146).

Ритуализировано было и окончание или блокирование драк. Так, разнимать дерущихся входило в нормативную роль девушек.

«Как станут задираться — девушки каждая “своего” парня-то оттаскивает: — Чего ты, пошли отсюда, — ну он и уходит. Уводит она его» (там же, с. 149).

Как отмечают исследователи, праздничные драки имели следующие значения. Во-первых, это был символический разрыв с матерью через нарушение материнских запретов; во-вторых — обретение одного из важнейших мужских прав — права на осуществление насилия, которое является обратной стороной мужской обязанности защищать свою семью; в-третьих — испытание на способность к контролю своего агрессивного поведения в соответствии с принятыми в обществе нормами. Как видим, здесь явно прослеживается наличие всех указанных ранее таинств, присущих инициациям.

Итак, сделаем некоторые выводы. Можно заключить, что во время инициаций подростки впервые сталкивались с жестким



принуждением, которое имело определенный смысл. Через длительные, связанные с сильными потрясениями, обряды формировались те психические волевые качества, которые считались необходимыми для взрослого.

Кроме того, завершая первичную социализацию в столь напряженной обстановке, подросток проникался сознанием того, что нарушение ряда правил повлечет за собой суровое наказание, и принимал социальную роль взрослого человека, что нередко сопровождалось получением нового имени. Таким образом он впитывал социальные и духовные ценности своего общества.

Важно также следующее. Поскольку новый статус был известен и старшим, то они автоматически начинали обращаться с подростком как со взрослым человеком, что предупреждало конфликты отцов и детей. Действительно, исследователи традиционных обществ отмечают отсутствие проблемы трудных подростков и их конфликтов с родителями.

Итак, инициации являлись важным этапом взросления детей в традиционном обществе. В современной культуре они отсутствуют, и переход во взрослое состояние символически не отмечен. Возможно, поэтому период перехода столь растянут во времени и не имеет четких границ. Статус подростка, его права и обязанности также не всегда понятны как самому подростку, так и окружающим его взрослым.

Ученикам VII класса было предложено выполнить определенное задание анонимно и подписать только свой возраст и пол. Задание было легко выполнено. А вот предложение указать пол вызвало в классе оживление и некоторое недоумение: что писать — мальчик или мужчина, девочка или женщина? Легко вышел из положения один из подростков. Его работа была подписана так: «Пацан».

Можно также предположить, что кризисность этого периода обусловлена именно неопределенностью социального и полового статуса подростка как для него самого, так и для окружающих.

Однако важно отметить, что такое положение не только мешает подростку, но и предоставляет ему новые возможности. Теперь не общество определяет, кто он есть (еще ребенок или уже взрослый), а он сам.

Кроме того, инициационные испытания носили внешний характер, в основном это были какие-то физические действия, теперь же они становятся внутренними, духовными. И подросток преодолевает их без помощи общественных ритуалов, самостоятельно, тем самым получая доступ к своей силе и возможностям, либо оставаясь неинициированным, т. е. взрослеющим только физически при социальном и духовном инфантилизме.

В заключение отметим, что инициации, уйдя в прошлое в физическом исполнении, и сегодня не потеряли своего значения,

которое придавалось им в традиционных культурах. Помня о смысле содержащихся в инициациях таинствах смерти — нового рождения, сексуального и священного, можно утвердиться в важнейшей роли этого периода и для современного подростка, увидеть основные линии его развития: линию развития «Я», сексуальности и духовности.

### **Контрольные вопросы**

1. Какова структура ритуалов жизненного пути?
2. Каким образом подростки получали опыт переживания символической смерти?
3. Что давало подросткам переживание таинства сексуального?
4. Как осуществлялось включение подростков в духовную культуру общества?
5. В чем специфика инициаций юношей и девушек?
6. Каковы последствия отсутствия инициаций в современном обществе?
7. Как знание об обрядах инициаций может помочь нам при взаимодействии с современными подростками?



## ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ «Я», ИЛИ СТАНОВЛЕНИЕ ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ

Важнейший вклад в развитие проблемы идентичности в целом и идентичности подростков в частности внес Э.Эриксон (1996), поэтому данную проблему будем рассматривать в соответствии с его теорией. В качестве основополагающего он использовал понятие *эго-идентичности*, которое понимал как ощущение человеком собственной целостности и тождества, наличие веры в то, что внешние обстоятельства помогут ему, а присутствие некоторого напряжения заставит действовать. Следует особо отметить, что эго-идентичность предполагает доброжелательность мира по отношению к человеку и в то же время необходимость постоянного развития его самого.

Встает вопрос: насколько эго-идентичность может быть осознанной? Чаще всего она не полностью осознанна и ощущается как психосоциальное благополучие, внутренняя уверенность в признании значимых людей. Хотя начиная с подросткового возраста возможность некоторого осознания эго-идентичности уже присутствует.

Как считал Э.Эриксон, эго-идентичность развивается на протяжении всего жизненного пути человека. Особое значение для ее развития имеют *нормативные кризисы*; их проживание необходимо для полноценного развития эго-идентичности, каждый из них вносит в него свой определенный вклад. Эриксоном развитие идентичности понимается одновременно как интеграция и дифференциация различных взаимосвязанных элементов. И всякий раз, когда возникают какие-либо изменения в человеке, вызванные биологическими или социальными факторами, происходит некоторое разрушение имеющейся структуры идентичности, а затем последующая интеграция уже с включением появившихся изменений.

Ключевую роль в процессе становления идентичности Э.Эриксон отводил подростковому возрасту, поскольку качественные изменения в этот период происходят значительно быстрее, чем в другое время. Половое созревание обуславливает телесные и эмоциональные изменения. Новые характеристики получает мышление, становясь формально-логическим. Резко меняется социальный

статус. Вследствие этого происходит частичное разрушение имеющегося с детства представления о себе. Наступает период, который можно назвать кризисным. Но не стоит понимать кризис только как негативное явление.

По мнению Э. Эриксона, сущностью каждого кризиса является выбор, который должен сделать человек. Это относится не только к подростковому, но и ко всем возрастным кризисам. Выбор осуществляется между двумя альтернативными вариантами решения возрастных задач развития. Характер выбора сказывается на дальнейшей жизни человека — ее успешности или неуспешности. Через кризисы и сопутствующие им выборы происходит развитие идентичности человека. Таким образом, кризис, по Э. Эриксону, обозначает конфликт противоположных тенденций, возникающий как следствие достижения человеком определенного уровня психологической зрелости и социальных требований, предъявляемых к индивиду. Понятно, что он не является деструктивным. Наоборот, Э. Эриксон употребляет понятие «кризис» в контексте представлений о развитии, чтобы выделить не угрозу катастрофы, а момент изменения, критический период повышенной уязвимости и возросших потенций.

Понимание кризиса как органической части процесса развития личности присутствует и в работах психологов экзистенциально-гуманистического и трансперсонального направлений: Р. Асаджиоли, С. Грофа, А. Маслоу, К. Юнга. Кризис рассматривается ими в аспекте духовного роста человека. По мнению С. Грофа (Духовный кризис ..., 2000), состояние кризиса может быть трудным и пугающим, но обладает огромным эволюционным и целительным потенциалом, является путем к более полной жизни. Правильно понятый и рассматриваемый в качестве трудной стадии естественного развития духовный кризис может привести к спонтанному излечению различных эмоциональных и психосоматических расстройств, к благоприятным изменениям личности, к разрешению важных жизненных проблем. Отказ от духовного пути и соответствующего ему кризисного развития на индивидуальном уровне приводит к обедненному, несчастливому, неудовлетворяющему человека образу жизни, растущему числу эмоциональных и психосоматических проблем.

Что касается подросткового кризиса, то в это время происходит поиск и выбор новой взрослой идентичности, новой целостности, нового отношения к себе и миру. Завершение поиска себя, формирование идентичности свидетельствуют о позитивном завершении кризиса. Однако это происходит не всегда. Как отмечает Д. Марсия (см. П. Крайг, 2000), работающий в русле концепции Э. Эриксона, помимо достижения идентичности возможны еще три варианта развития. Первый вариант — **предрешенность** — это бескризисность и бесконфликтность развития подро-



стков. В этом случае они выбирают профессию, жизненные ценности, основываясь не на самостоятельных решениях, а на предписаниях значимых взрослых, чаще всего родителей. Второй вариант — это формирование так называемой *диффузной идентичности*. Здесь кризис также не испытывается из-за личностной незрелости, недостаточно развитой рефлексии. Подростки в этом случае стремятся к проявлению внешних форм взрослости — сексуальным контактам, употреблению алкоголя, а также к вещественным атрибутам взрослости (например, обладанию сотовым телефоном), — оставаясь внутренне инфантильными, т.е. не принимая ответственности за свои действия на самих себя. Третий вариант — *мораторий* — это излишне долгая задержка на кризисной стадии. В этом случае молодой человек более старшего возраста принимает решения и действует таким образом, как если бы был еще подростком.

Основные поведенческие проявления свойственны как нормативному кризисному периоду поиска себя, так и кризисному по варианту диффузности или периоду моратория. В первом случае они желательны, поскольку свидетельствуют о том, что происходит определенная внутренняя работа, в других случаях — свидетельствуют о наличии тех или иных внутренних трудностей подростка, которые не позволили ему завершить кризис. В этом случае иногда необходима внешняя помощь со стороны родителей, педагогов, психологов. Рассмотрим эти проявления.

1. Трудности в решении проблемы близости, т.е. вступления в эмоционально близкие дружеские или гетеросексуальные отношения. Это может проявляться в самоизоляции, при этом общение даже с родными людьми ограничивается стереотипными, формальными отношениями.

Сын стал какой-то чужой<sup>1</sup>. Все время проводит в своей комнате. Молчит, слова из него не вытянешь. Общаемся только фразами типа «хочу есть», «приду поздно» и т.п. (Инга Петровна, мама Влада, 14 лет).

В противоположном случае подросток пребывает в лихорадочных поисках близости со все новыми людьми, которые в конце концов кончаются неудачами.

Моя дочь до IX класса вообще не имела друзей. Я даже беспокоилась. Но теперь еще хуже стало. Она все свободное время проводит на Манежке. Я ее не вижу. Если дома, то бесконечные звонки. Причем то одни друзья, то другие, я даже не успеваю запомнить их имена. Какой-то калейдоскоп друзей. Но я-то понимаю, что на самом деле близких друзей у нее нет (Софья Сергеевна, мама Ларисы, 16 лет).

Если эти поведенческие проявления зафиксируются на длительное время, есть риск формирования у подростка *слабой иден-*

---

<sup>1</sup> Здесь и далее сохранена лексика высказывающихся.

**тичности**, т. е. слабого «Я», которое боится потерять себя при близких контактах с другими людьми.

Интересно, что слабая идентичность может в отдельных случаях проявляться в стремлении подростков к абсолютному подчинению сильному лидеру или компании, выполняющей функцию лидера. В этом случае слабое «Я» заменяется сильным «Мы», что дает подростку иллюзию своей силы.

2. Неумение решить проблему собственной активности, которая может проявляться в трудности концентрации на учебных занятиях или, наоборот, в сверхпоглощенности уроками. В первом случае окружающие считают причиной такого поведения подростка лень, во втором — особое трудолюбие. Хотя при внешне разном отношении к учебе причина одна и та же — наличие глубокого чувства неполноценности, неуверенности в своих силах. Подростки, склонные к пассивному реагированию на внутренний конфликт, будут вследствие этого отказываться от любых активных действий, т. е. не будут учиться. Внешне это будет выглядеть как лень. Активные подростки будут стремиться компенсировать чувство неполноценности через особые успехи в учебе. Если такое положение сохранится на длительное время, у подростков сформируется идентичность, которую можно назвать **неуверенной идентичностью**.

Мне трудно делать уроки. Это не лень — лень, это когда я не хочу что-то делать. Но я хочу. Я сижу над ними, ничем другим не занимаюсь. Но они никак не делаются (Юра, 17 лет).

Мне приходится заниматься дополнительно с репетитором по физике и по английскому. Времени отдохнуть совершенно не хватает, только одни уроки. Но я очень боюсь, что буду хуже учиться, тем более что две мои старшие сестры закончили школу с золотой медалью. А мама меня все время с ними сравнивает (Вика, 14 лет).

Следует отметить, что подростки с пассивным реагированием на внутренний конфликт внешне могут не показаться пассивными. Более того, они могут быть склонны к различного рода активности, не связанной с учебной деятельностью: общению в компаниях, поездкам на стадионы и т. п. В данном случае такая активность является своего рода защитой от ощущения собственной неуверенности.

3. Неумение установить гармоничные отношения между прошлым, настоящим и будущим, т. е. гордиться прошлым, получать радость от настоящего, совершать действия, направленные на успешное будущее. Неумение установить такую гармонию может проявляться в трех основных вариантах: а) жить только настоящим так, как будто будущее не состоится (например, употреблять наркотики); б) страх будущего (это всяческое стремление обратиться к прошлому, культивировать у себя детские черты, инфантильное поведение); в) сверхстремленность в будущее при потере

интересов настоящего (это концентрация на учебе, что необходимо для последующей жизненной успешности, или, наоборот, пренебрежение радостями сегодняшнего дня).

Надо забить на школу, уроки там всякие. Надо веселиться сейчас, пока есть время. Я так и делаю. А уроки пусть дураки и ботаники делают (Илья, 15 лет).

Не хочу думать о будущем. Рано мне еще. Мама правильно говорит, что я мала, чтобы самой принимать решения. А я и не хочу. Мне спокойнее, когда родители решают. Да и вообще я себя взрослой не считаю и даже представить себя такой не могу (Элина, 16 лет).

В наше время, чтобы выжить, надо много знать. Иначе в эту жизнь не вступишь. Поэтому я учусь и учусь. Конечно, отдохнуть хотелось бы, но понимаю, что по-другому невозможно. Школа — курсы — репетиторы — уроки — вот моя жизнь. По выходным иногда немного телевизора. Но что делать (Алеша, 16 лет).

Если гармоничное отношение к прошлому, настоящему, будущему не устанавливается, то формирующуюся у подростка идентичность можно назвать «размытой во времени».

4. Неумение решить проблему выбора идеального «Я». В этом случае в качестве идеального «Я» и одновременно в качестве идеального «Другого» выбираются кумиры, отдаленные во времени и пространстве. Можно сказать, что в этом случае у подростков формируется «иллюзорная идентичность», поскольку основное содержание их психической жизни наполняется иллюзиями общения с кумирами.

Ничего не вело к тому, что сейчас со мной происходит. Я не хотела, чтобы было так, и не знала, что способна таким способом истязать себя. Дело в том, что я фанатка. Именно этим словом называют людей, кому-то поклоняющихся. Это больно и нелепо. Часто я сама не понимаю, что со мной происходит. Дело в том, что я люблю одного из группы. Он не просто любимый — он цель, он смысл, он свет. Я пишу ему стихи, я вижу сны о нем. Я одна. Никто не поддерживает меня в моих стремлениях. Иногда рвешься от боли, иногда нежишься в светлых чувствах и грезах. Трудно быть одиночкой. Я очень его люблю. Он лучший из тех, кого я знала... я буду любить его всегда. Для него вся моя нежность, мои чувства, все мои мысли, мечты и идеи. Он живет где-то и не знает обо мне, но это не важно. Хотя и больно. Трудно. Он — вся моя жизнь, моя смерть. Я пойду на все ради него (Инна, 15 лет).

Самое сложное время в нашей жизни началось, когда у дочери появился кумир. Это был, на мой взгляд, непривлекательный, довольно заурядный музыкант, но она была просто без ума от него. Все стены были завешаны плакатами и вырезками из газет. Ходила на все его концерты, даже пыталась узнать, где он живет, вступила в фан-клуб... Это было что-то невообразимое. Я просто не узнавала Аню. Она преобразилась. Я думала, неужели у нас в семье нет достойного человека, на которого можно хотеть стать похожей. Но все ее мысли были далеко. К счастью, это фанатство



закончилось столь же неожиданно, как и началось (Екатерина Ивановна, мама Ани, 15 лет).

5. Неумение решить проблему выбора позитивного пути развития «Я». В этом случае подросток определяет свое развитие в основном через отрицание существующих норм, правил, причем преимущественно родительских или других значимых фигур. В этом случае подросток отрицает родительские ценности, стереотипы поведения, иногда даже свое домашнее имя. Можно сказать, что у него формируется «негативная идентичность», т.е. основанная прежде всего на отрицании.

Я не хочу жить так, как мама. Мне не нравится ее жизнь, ее судьба, ее внешность. Поэтому я уже сейчас крашусь по-другому, по-другому общаюсь. Мне совсем не нужно целыми днями учиться. Главное, выглядеть хорошо, тогда и замуж удачно выйду (Рая, 16 лет).

Подводя итоги обсуждению проблемы развития эго-идентичности в подростковом возрасте, можно сделать следующие выводы. Позитивным результатом подросткового кризиса является достижение эго-идентичности, т.е. личностной целостности, уверенности, стремления к дальнейшему развитию. Негативным результатом кризиса можно назвать формирование слабой идентичности, неуверенной идентичности, идентичности, размытой во времени, или иллюзорной идентичности, или же негативной идентичности. Но возможно и непрохождение подростками кризиса либо по причине излишней зависимости от родителей, либо из-за собственной личностной незрелости и недостаточно развитой рефлексии. Избегание по тем или иным причинам кризиса также не способствует дальнейшему прогрессивному развитию подростков.

### **Контрольные вопросы**

1. Что такое эго-идентичность и как она субъективно переживается человеком?
2. Каковы основные варианты протекания подросткового кризиса идентичности?
3. Как определить человека со слабой идентичностью?
4. Что такое неуверенная идентичность?
5. Как может проявляться идентичность, размытая во времени?
6. Почему иллюзорную идентичность можно считать самой опасной для подростка?
7. Как негативная идентичность может влиять на общение подростков со взрослыми?

## ОБЩЕНИЕ С РОДИТЕЛЯМИ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА СТАНОВЛЕНИЕ ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

«Рос когда-то рядом с одним королевским замком лес. И вот с некоторых пор в нем стали происходить странные вещи: один за другим в него отправились несколько охотников и больше не вернулись. Никто не знал, что за нечисть завелась в лесу, и люди перестали ходить в него. Однажды в замке появился незнакомый охотник, бывший, видимо, одновременно искателем приключений, и спросил, чем бы он мог помочь местным жителям. Ему рассказали про страшный лес, и он немедленно отправился туда, взяв с собой лишь свою собаку. В глубине леса он набрел на пруд. И когда он подошел к берегу, из пруда вдруг появились две страшные руки, схватили собаку и утащили ее под воду. Охотник бросился назад, собрал несколько мужчин, которые черпаками вычерпали старый пруд. На его дне они обнаружили огромного человека, заросшего с головы до ног рыжими волосами, делавшими его похожим на кусок ржавого металла. Дикаря привели в замок и посадили в железную клетку.

Однажды восьмилетний сын короля играл возле этой клетки своей любимой игрушкой — красивым золотым шаром. Шар закатился в клетку, и дикарь тут же схватил его. Мальчик попросил дикаря вернуть шар, но тот потребовал открыть клетку. Когда такое требование прозвучало в третий раз, мальчик сказал дикарю: “Я мог бы открыть клетку, но я не знаю, где ключ”. “Он под подушкой твоей матери”, — подсказал дикарь. Выбрав момент, когда родителей не было в замке, мальчик взял ключ и открыл клетку. Дикарь отдал ему шар и побежал в сторону леса. “Постой, не убегай, — закричал вслед ему мальчик. — А что делать мне? Родители будут очень недовольны, когда вернутся и не обнаружат тебя в клетке”.

Дикарь остановился и сказал: “Я могу взять тебя с собой. Но ты больше никогда не увидишь своих родителей”.

И мальчик согласился. Дикарь посадил его к себе на плечи, и они исчезли в лесной чаще» (Путь к себе, 1992, с. 27).

В этой сказке братьев Гримм ярко представлен важнейший аспект влияния родителей на становление идентичности подростка

ков: существенным условием успешного развития последней является приобретение ими самостоятельной позиции, для чего необходимо освобождение от влияния родителей. И, напротив, оставаясь в «слиянии» с родителями, подросток не проходит нормативного кризиса идентичности, оставаясь в стадии предрешенности (Д. Марсиа). Напомним, что при рассмотрении подростковых инициаций отмечалась также обязательность символического разрыва подростков с семьей, что, в частности, находило отражение в ритуальных праздничных драках.

«Гуляющие компаниями деревенские парни имели обыкновение подшучивать, иногда зло, над взрослыми женщинами. Те соберутся на *супрядки*, а парни ходят под окнами. Сидят женщины, сидят, вот заглянет в окошко (парень) ...в стекло (свой член) показывает... Женщина вылетает его ловить. А где ты его поймаешь, он уже бежит» (Антропология насилия, 2001, с. 160).

Действительно, отделение подростка от семьи необходимо для достижения им впоследствии зрелости, возможности принять на себя ответственность за свою жизнь. Однако выражение «отделение подростка от семьи» является не очень точным, поскольку итогом такого отделения является не разрыв подростка с семьей, а установление новых партнерских взаимоотношений, в которых семья и подросток способствуют взаимному развитию. Имеется в виду, что теперь они находятся в равных позициях и через диалог помогают друг другу в решении своих уникальных жизненных задач. Понятно, что отделение подростка от семьи является только одной стороной единого процесса — разделения подростка и семьи; другая сторона — отделение самой семьи от подростка.

Сын стал резко меняться в 15 лет. Я понимала, что он мальчик, должен стремиться к самостоятельности, и старалась ему не мешать. Это было нелегко. Он стал грубить, всячески показывая мне, что требует независимости. Я не закатывала истерик, не кричала на него — все прощала. И наутро он затевал разговор. Искал во мне поддержки. В 16 лет он устоялся в своем поведении. Он уважает меня, свою мать. Он мой сын, я его люблю. И я верю в него, в его силу, здравый смысл и любовь ко мне (Валентина Михайловна, мама Ярослава, 16 лет).

Мы с сыном очень близки друг с другом. Периодически он подсовывает мне книги, которые становятся важными вехами для моего профессионального и личностного роста. Он же часто советуется со мной о своих делах. Мое мнение для него многое значит. А в праздники они с женой приглашают нас вместе с ее родителями в их студенческую компанию. Мы с радостью поем песни, танцуем, дурачимся (Нина Георгиевна, мама Олега, 23 года).

Если нарушается этот процесс, то впоследствии может произойти либо полное эмоциональное отстранение молодого человека от своей семьи, либо установление довольно мучительной амбивалентной связи: отделяюсь — чувствую вину — присоединяюсь обратно — чувствую гнев — отделяюсь и т. п.



Общение с родителями? Конечно, по праздникам встречаемся. Ну, там, подарки всякие. Но вообще-то я живу уже своей жизнью и помощи ни от кого не прошу (Михаил, 22 года).

Я устаю от долгого общения с родителями. Стараюсь скорее уехать в Москву в общежитие. Потом через некоторое время мне становится стыдно, что я их забываю. Я приезжаю домой. Пеку для них блины. Немного побуду и опять рвусь в Москву. Это довольно тяжело так жить (Наталья, 19 лет).

Возможен и такой вариант: отделения подростка от семьи по тем или иным причинам не происходит. Это можно назвать самым тяжелым исходом для подростка. В этом случае он остается в эмоциональной зависимости от родителей. Ему будет трудно принимать собственные решения. Впоследствии сформируется склонность к отношениям зависимости с вышестоящими лицами, пассивная жизненная позиция. Достаточно сложно будут выстраиваться семейные взаимоотношения, скорее всего также под контролем родителей, хотя вполне вероятно, что их влияние будет заменено на зависимость от мужа или жены.

Почему я рассталась с мужем? Он только территориально жил со мной, а на самом деле находился под контролем своей мамы. Правда, на какое-то время я отвоевала его. Он стал меня как мать воспринимать, слушался. Но потом родилась первая дочь, и наши отношения ухудшились. А после рождения второй, когда у меня физически не было времени быть ему и женой, и матерью, он вернулся к своей маме. Там у нее и до сих пор (Настасья Семеновна, 35 лет).

При всей важности процесса отделения подростка от семьи нужно иметь в виду, что он редко протекает без осложнений. Основные причины этого можно отнести либо к характеру семьи и внутрисемейных отношений, либо к особенностям самого подростка, хотя, безусловно, они взаимосвязаны. Чаще всего семье довольно трудно «отпустить ребенка», т.е. допустить начало процесса отделения. Это может происходить по разным причинам.

Во многих семьях сын или дочь являются смыслом жизни для матери, т.е. мать живет только ради своего ребенка. Забота о нем составляет ее основные радости. Отделение его от семьи делает ее жизнь бессмысленной, ей некого опекать, соответственно незачем жить. Особенно это характерно для неполных семей, в частности состоящих из матери и сына.

Сын взрослеет. Слишком быстро это происходит. Я еще не успела насладиться своим материнством. Не могу себе представить, как он будет встречаться с девушкой, обнимет кого-то, кроме меня. А если заглянуть вперед, то совсем страшно становится. Женится, кто-то будет заботиться о нем, а не я (Валентина Петровна, мама Ильи, 16 лет).

Помимо возможной компенсации через ребенка проблемы смысла жизни за повышенной заботой о нем могут стоять стремле-

ние к контролю и власти, поиск любви и привязанности, удовлетворение потребности в социальном престиже. Последнее сегодня особенно характерно. Довольно часто можно встретить семьи, в которых негласно присутствует требование к ребенку быть первым, причем желательно во всех возможных видах деятельности. Это проявляется в повышенном внимании к оценкам детей, успехам на концертах, в различных соревнованиях.

Иногда чувствую в себе родительское тщеславие. Давлю в себе, но иногда прорывается: мой лучше. Если у них ребенок на «пианинах» играет, то и мой должен. Если это фигурное катание, то мой ножку тянет выше. Это надо в себе давить. Это плохое чувство. Детей надо любить как есть, а не за то, что ножку тянет (Валентина Владимировна, мама Нины, 15 лет).

Чаще такая сверхтребовательность присутствует у родителей, которые сами обладают высоким социальным статусом. В этом случае у ребенка формируется сильный страх не соответствовать ожиданиям родителей, тому эталонному образу, который у них сформировался. Нужно отметить, что это не страх наказания, а скорее страх потери родительской любви из-за собственной невозможности достичь установленной ими «планки». Понятно, что этот страх привязывает ребенка к родителям, мешает процессу его отделения.

Мне непонятно, почему у моей девочки четверка по русскому. Дома мы с ней пишем диктанты, у нее все в порядке. Я сама закончила школу с золотой медалью, муж — два института. У нее тоже должно быть все хорошо (Евгения Викторовна, мама Тамары, 14 лет).

Иногда же родители могут возлагать на подростка обязательства по «исправлению» собственных жизненных ошибок, т.е. заставлять его исполнить то, что не удалось им самим. В этом случае у ребенка также формируется страх несоответствия ожиданиям родителей, затрудняющий отделение.

Моя мечта, чтобы Катя закончила школу с золотой медалью. Я-то сама училась с тройками, после школы в институт поступала и не поступила, пошла работать. Пошла учиться, только когда дочке было 3 года. Со старших классов я занималась пением, мечтала петь, но получилось по-другому. Дочка тоже занималась музыкой. Но быть музыкантом отказалась наотрез, а я так ее уговаривала. Но я была предоставлена сама себе, поэтому совершила много ошибок. Катеньке будет легче, она их не сделает (Валерия Сергеевна, мама Кати, 15 лет).

Иногда ребенок компенсирует проблему нарушенных взаимоотношений между родителями. По мнению психологов, если на прием приходит супружеская пара с очевидно проблемными отношениями между собой, но родители предъявляют исключительно проблему ребенка, приходится иметь дело с объединенными силами мужа и жены. Необходимо разделить их так, чтобы они

этого не заметили. Понятно, что в такой ситуации подросток не дает себе права на отделение, чтобы избежать разрушения семьи.

Затруднено отделение и в том случае, если в семейных взаимоотношениях имеются нарушения структурно-ролевого характера. Наиболее частый вариант этого — проигрывание ребенком роли отсутствующего или плохо выполняющего свою роль члена семьи. Например, в семье с эмоционально отстраненным отцом мать вынуждает выполнять его роль сначала старшего, а после его отделения — младшего сына. Или же в неполной семье меняются ролями мать и дочь. Соответственно мать в позиции дочери отчаянно сопротивляется ее отделению, так как дочь служит ей опорой.

Ты представляешь, что она сделала? Уехала на Новый год со своим молодым человеком в Санкт-Петербург. Это значит, что я Новый год буду встречать совсем одна. Что я буду делать одна в пустой квартире? Как она могла себе это позволить! (Лариса Анатольевна, мама Саши, 17 лет).

Как уже говорилось, причинами трудностей в отделении могут быть не только внутрисемейные отношения, но и личностные особенности самого подростка, точнее, нарушения развития его личности на тех или иных этапах онтогенеза. Так, если итогом развития в младенческом возрасте станет формирование недоверия к окружающему миру, то возможен вариант, когда подросток предпочтет оставаться в слиянии с родителями, чтобы избежать встречи с миром взрослых. Этот мир, по мнению подростка, слишком опасен, чтобы стремиться туда одному, без родителей.

Да, я понимаю, что становиться самостоятельным — это значит рисковать. Кто не рискует, тот не пьет шампанское. Кто пьет шампанское, может стать алкоголиком. Я не хочу стать алкоголиком, поэтому я предпочитаю оставаться с мамой, хотя мне это не вполне нравится (Игорь, 13 лет).

Если итогом развития в раннем возрасте (от года до трех лет) становится формирование зависимой позиции, появление страха принятия самостоятельных решений, то подросток может и не предпринять никаких попыток отделения, поскольку не будет видеть разницы между собственным мнением и мнением родителей. Он долго будет оставаться послушным, миролюбивым, удобным для взрослых, но абсолютно несамостоятельным. Возможно, что он все-таки начнет отделяться, но несколько позднее своих сверстников. Тогда это произойдет бурно, взрывообразно и станет настоящей стрессовой ситуацией для родителей.

Моя дочь до 16 лет была ласковой послушной девочкой. Я радовалась, что она не такая, как все. А потом как с цепи сорвалась: грубит, поступает по-своему, все ей не так. Не понимаю, что с ней случилось (Наталья Александровна, мама Майи, 16 лет).

Если в дошкольном возрасте развитие ребенка нарушается из-за наличия конфликтов между родителями, то становится воз-

возможным формирование очень прочного слияния ребенка с одним из них. Имеется в виду, что в дошкольном возрасте ребенок проходит период отрицания родителя противоположного пола и акцентированной любви к родителю своего пола, этот период завершается идентификацией с родителем своего пола и значительным усилением «Я» ребенка. Конфликты между родителями или отсутствие одного из них могут не привести к такому благополучному исходу, оставив «Я» ребенка ослабленным, требующим слияния с одним из родителей для постоянной его поддержки. Это можно заметить еще до подросткового возраста, поскольку адаптация такого ребенка к школе в младших классах, вероятнее всего, будет затруднена, что выразится в непринятии школы, учителя, частых болезнях. Понятно, что к отделению подросток так и не приступит, а эмоциональные проблемы детства обнаружатся в тех или иных трудностях адаптации к окружающей действительности.

В 7 лет сын пошел в школу. И с этого времени начались неприятности, которые до сих пор не дают мне спокойно жить. Еще в первом классе Павлик панически боялся учительницу. По дороге в школу у него начиналась тошнота, а на пороге школы иногда и рвота. В класс он входил весь в слезах. Иногда ночью вскакивал и просил всех оставить его в покое. Засыпал только при свете и рядом со мной. Я переводила его в другие школы, но отрицательное отношение к школе осталось у него до сих пор.

Сейчас ему 15 лет. Для меня радостью является то, что его не тянет в плохие компании. У нас с ним хорошие, доверительные отношения. Проблема в том, что он с большим трудом переносит школу. Очень устает, плохо понимает объяснения учителей. Даже если я дома ему все объясню, в школе ему кажется, что он все забыл и ничего не знает. К взрослым, особенно к учителям, относится с большим недоверием и плохо идет с ними на контакт. Сейчас Павлик учится в IX классе. Сможет ли он его окончить и что-то делать дальше, я просто не знаю. Сам он уже не верит в то, что сможет в этой жизни чего-нибудь добиться (Ольга Валентиновна, мама Павла, 15 лет).

Итак, отделение подростка от семьи может затянуться. Но, как уже говорилось, возможно, оно не состоится вообще, т.е. подросток на длительное время останется в слиянии либо с семьей в целом, либо с одним из ее членов. В этой ситуации он будет продолжать находиться под строгим контролем и сильной опекой взрослых, вырабатывая чувство собственной слабости, беспомощности. Иногда это сопровождается уходом в болезнь, так как язык психосоматики в этом случае является единственно доступным подростку, для того чтобы заявлять окружающим о собственном внутреннем дискомфорте.

В последнее время Катя по утрам встает совсем без сил. Давление очень низкое. Сделали справку о свободном посещении. Катя сейчас две недели болеет — одну учится. Ходим по врачам — все в порядке. А в остальном все хорошо: мы с ней друзья. Я знаю все ее мысли и чувства. Она никогда



не грубит ни мне, ни папе, ни бабушке. С бабушкой она спит в одной комнате. Конечно, ей не очень нравится, но она молчит. А вообще я очень за нее боюсь. Везде сопровождаю ее: в магазин, за обновками. Конечно, на дискотеку не пускаю — боюсь за нее. Сколько ей лет? 15. А болеть она в последний год начала (Екатерина Александровна, мама Кати, 15 лет).

Возможен и такой вариант. В какой-то момент семья начинает понимать, что подросток остается не по возрасту инфантильным и несамостоятельным. Родители в этом случае уже рассматривают такое поведение как проблему и сами всячески побуждают его к принятию более взрослой позиции. Но здесь уже сам подросток активно сопротивляется отделению, не может или не хочет (между этим трудно провести грань) отделяться. До этого времени он не накопил опыта самостоятельных действий, поэтому сейчас любое самостоятельное решение вызывает у него страх, и он предпочитает оставаться в слиянии с семьей.

Моему сыну 14 лет. Но он абсолютно не хочет, а возможно, уже не может выполнять домашние задания самостоятельно. Отчасти я сама в этом виновата. Олег с рождения был болезненным ребенком. Я старалась во всем помогать ему, многое делать за него. В отличие от младшей дочери, я не расставалась с ним ни на один день. А теперь я так устала, что иногда говорю: «Скорее бы тебя в армию забрали. Там тебе придется стать самостоятельным». На что он мне отвечает: «Ну и пожалуйста. Я возьму туда бабушку». А как-то я его в магазин послала. Он без сестры наотрез отказался идти. Пошел с ней. А там к нему вроде бы подростки из другой школы пристали. Так он сказал сестре: «Давай ты побежишь, они на тебя набросятся, а я тем временем сбегу домой». Ну и что мне теперь с ним делать? (Валерия Николаевна, мама Кирилла, 14 лет).

Можно сказать, что причин возможного нарушения отделения подростка от семьи так много, что в редкой семье это проходит бесконфликтно.

Чтобы иметь возможность оказать эффективную помощь подросткам, нужно четко представлять себе, на каком этапе отделения они находятся. Опишем эти этапы (Д. Н. Оудсхорн).

**Первый этап** (11 — 12 лет) характеризуется наличием у подростка конфликта между потребностью в зависимости и стремлением к автономии. Подросток противоречив в своих ожиданиях по поводу поведения родителей. Он, с одной стороны, сопротивляется проявлениям их заботы и ласки, а с другой — проявляет желание, чтобы его баловали. Таким образом, подросток перестает быть послушным и вежливым, каким он был раньше. В то же время у некоторых подростков могут появиться совсем детские желания: стремление полежать рядом с мамой, плаксивость, капризы. Родители, как правило, не понимают, что происходит с подростком, ужесточают запреты, что может вызвать у него острые эмоциональные расстройства.

Мама говорит, что у меня депрессия, что я стала слишком нервная. Правда, я часто плачу. Но мама меня во всем ограничивает, постоянно оберегает. Надоело! Я бы хотела, чтобы они стали меня уважать. А они считают, что я еще маленькая. Но я боюсь сказать им о том, что уже выросла. Боюсь, что они отвергнут меня. Я хочу быть самостоятельной, но я очень люблю родителей (Люся, 11 лет).

Понятно, что труднее всего на этом этапе приходится родителям (соответственно и их детям), которые преувеличивают слабость и незащищенность своего ребенка, находятся в постоянной тревоге за его безопасность, здоровье и т. п.

Обожаю своего ребенка. Подростка? Нет, ребенка. Ему всего 12 лет. Всегда ужасно боюсь, что с ним что-то случится. Испытываю спокойствие только тогда, когда знаю, что он здоров, сыт, в хорошем настроении (Евгения Васильевна, мама Дениса, 12 лет).

**Второй этап** — когнитивная реализация отделения (здесь сложно указать возраст, так как переход к этому этапу может затянуться на всю жизнь). Подросток доказывает всем — миру, родителям и самому себе собственную независимость. Чаще всего это происходит через уход в оппозицию, критику всего того, что делается и говорится родителями. Причем бурные реакции родителей только усиливают стремление к эмансипации у подростков. Длительность этого этапа определяется временем, которое необходимо родителям для принятия факта взросления подростка.

Раньше она была ласковой со мной. А в последнее время злиться стала, может ни с того ни с сего крикнуть. Но я думаю, что это у нее такой возраст — самое тяжелое время. Но мы его переживем, и все будет хорошо. Ведь родители у дочки хорошие, значит и она такой будет (Ксения Георгиевна, мама Маши, 14 лет).

В этот период подростки особенно настороженно относятся к советам родителей. Они воспринимаются детьми как попытки ущемления их самостоятельности и взрослости. Понятно, что все, даже здравые советы, немедленно отвергается.

Дочка сильно изменилась. Стала агрессивной, перечит, игнорирует мои советы и замечания. Вернее, не просто игнорирует — в штыки принимает (Инна Николаевна, мама Ларисы, 12 лет).

Терпеть не могу, когда она начинает советы давать, которые я не просила. Я стараюсь промолчать, но все равно злюсь и срываюсь. Она с детства меня ни на шаг не отпускает, я так не могу (Лариса, дочь Инны Николаевны).

Нужно иметь в виду, что при всем стремлении подростка к эмансипации у него присутствует острая потребность в любви, внимании, одобрении родителей, поэтому может возникнуть необоснованная ревность к младшим сестрам и братьям, которые, по мнению подростков, получают эту любовь с избытком.

Да, у меня есть своя комната. Я там почти все время. Если я не выхожу, то обо мне даже иногда забывают. А я часто плачу без всякой причины. Мама часто обижается и ругает меня, говорит, что я их довожу, все делаю назло. Они считают, что я требую к себе внимания. А у них нет на меня времени. Они воспитывают Сашеньку. Мама очень любит Сашеньку. Меня тоже, но я не то, что Сашенька (Нина, 16 лет).

Меня не любят мои родители. Они меня просто не переносят. Почему мама, не говоря уже о папе, запрещает мне гулять допоздна со своими друзьями, делать то, что я хочу. С моим старшим братом она так не разговаривает, как со мной. Я просто уверена, что она меня не любит, а его обожает, все ему разрешает (ему 18 лет). Нет, меня точно ненавидят. Меня раздражают некоторые фразы, которые звучат в мой адрес: «И в кого ты такая пошла? Сколько в тебе агрессии, дерешься, ругаешься». Хотя я очень люблю своих родителей. Поговорить с мамой даже не пыталась, все равно знаю, что она наорет на меня и все (Наташа, 16 лет).

Особенно остро реакция эмансипации может проявляться в общении с бабушками и дедушками. Однако здесь возможны два варианта: 1) отстаивание подростками «новых» понятий нередко сталкивается с полным неприятием их прародителями, что служит причинами многочисленных конфликтов; 2) но возможен и полностью противоположный вариант, когда бабушка и дедушка или один из них компенсируют трудности в общении подростка с матерью и отцом (и тогда взаимодействие с ними будет эмоционально позитивным, более теплым, чем с родителями).

Начинается обычно так. Я что-нибудь делаю. Ну, подкрашиваюсь, например. А она: «Вот, как проститутка...» Я терплю, сколько могу, а потом что-нибудь рывкаю. И пошло... Вечно она лезет ко мне со своими старыми понятиями. Мечтаю, чтобы она оставила меня в покое. Я ведь и так знаю каждое ее слово. Она и себя этим изводит, так что было бы лучше, если бы мы обе помалкивали. Я понимаю, что тоже не права. Вот даю себе слово больше не обращать на нее внимания, но все равно срываюсь (Яна, 15 лет).

Меня только бабушка и понимает. Всегда выслушает и пожалеет. Она понимает, как много трудностей в моем возрасте. А родители ведут себя так, как будто родились взрослыми. Делают большие глаза и учат, учат день и ночь (Алина, 14 лет).

**Третий этап** — эмоциональные реакции на отделение. Здесь могут возникать чувства вины, гнева, депрессивные реакции, взаимный страх потери любви. И необходимо помочь родителям возвращать в себе чувство гордости и радости от достижений взрослого ребенка.

Мать смирилась с тем, что я сам принимаю решения, но теперь мне ее стало даже жалко. Она работает в двух местах, устает. А я сам по себе, но я уже не могу иначе (Вадим, 15 лет).

Я очень люблю свою дочь и горжусь ею, о чем никогда не устаю ей повторять (Светлана Сергеевна, мама Ани, 15 лет).

**Четвертый этап** — поиск образцов идентификации. Пребывая в новом для него поле взрослой жизни, подросток ищет людей, которые могли бы выступить для него в качестве образцов для подражания, своеобразных ориентиров для построения собственной идентичности. Этот этап может недооцениваться взрослыми, так как исчезают внешнее буйство и ранимость подростка. Может казаться, что он уже повзрослел и не требует поддержки. Однако она необходима, но только в другой форме. Для успешного приобретения подростком эго-идентичности очень важно, чтобы он имел образцы положительной интеграции среди значимых взрослых. Это значит, что для поддержки подростков родителям самим нужно пребывать в интегрированном состоянии. Если же таких образцов не будет, сам подросток, вероятнее всего, не достигнет интегрированного состояния, будет испытывать неуверенность в своих силах и возможностях, страх перед будущим.

Конечно, я хочу поступить в институт. Но вряд ли я поступлю туда. Кто угодно, но не я. Я хочу учиться, но не могу, меня даже тошнить начинает, когда я сажусь делать уроки. И в классе не могу слушать учителя. Сажусь на урок, а мысли в небесах летают. Все думаю о маме. Сейчас еще ничего. А раньше, когда она уходила в запой, шлялась со своими друзьями непонятно где и возвращалась домой пьяная, падала около двери, тогда я плакала, закрывшись в комнате. Понимала, что ничего не могу с этим сделать. Да, с мамой у меня не получилось ничего. И в жизни поэтому из меня ничего не получится (Ира, 15 лет).

Многие подростки прекрасно понимают, что родителям нужно обратить внимание прежде всего на разрешение собственных жизненных трудностей, а не на контроль действий своих детей.

Я не хочу уподобляться своим родителям. Они всегда учат меня жить, а сами бегут от своих проблем, как крысы с тонущего корабля. Смотреть на них противно. Пусть сначала в себе разберутся, а потом в душу лезут (Даня, 15 лет).

С родителями у меня все хорошо. Они пытаются понять меня. Я пытаюсь понять их. Если возникает какая-то проблема, устраиваем стол переговоров (Илья, 15 лет).

Наиболее сложны ситуации, в которых подросток полностью отторгает родителя своего пола как образец идентификации, старается продемонстрировать только противоположные, полярные формы поведения. Однако на самом деле при внешнем поведенческом отличии он имеет внутренние психологические характеристики отвергаемого родителя. Например, девочка, которая всячески стремится не быть похожей на свою эмоционально холодную, маскулинную мать, в своем общении со сверстниками противоположного пола на самом деле повторяет ее поведение по мужскому типу. Интересно, что такая похожесть, хорошо заметная практически любому наблюдателю со стороны, чаще всего не видится



членами семьи. Понятно, что при рассмотренных отношениях велик риск переноса такого поведения на последующие поколения. Иногда это явление называют «трансляция семейного сценария».

Я вообще думаю, что ей на меня наплевать, на все мои проблемы. Меня бабушка и то больше любит, и дедушка. Беспокоятся, покупают мне что-нибудь вкусненькое. Она, когда я маленькая была, уроки со мной делала. А мама только результат и оценки проверяет. Какие у них между собой отношения? Как у мамы с дочкой — прохладные. В общем, не теплые отношения. Праздники все вместе справляем. А так каждый живет своей жизнью (Алиса, 15 лет).

Самое страшное, что мне, как и бабушке, которая меня воспитала, нельзя иметь семью. В нашей семье дочери все ненавидят свою мать, т.е. моя тетка и мать ненавидят бабу. А я очень похожа на бабушку по характеру, по приоритетам, даже внешне. Она ведь меня воспитала, и я ее очень люблю. А моя мать ненавидит свою мать, кажется, из-за какого-то конфликта, либо потому, что моя мать — точная копия своей.

Каковы отношения у меня с нею? Я уже выработала концепцию поведения: пофигизм, затаивание в засаде, пока можно будет послать ее. Она, как командир военной части, командир в юбке. А мы все должны ее слушать. Всех выстроила. Сначала брат, потом отец, потом работа, потом я. Я не хочу быть, как мать. Я вижу — это так неудобно. Хочу, чтобы меня признали женщиной.

Может быть поэтому мне трудно с парнями. Парни меня боятся. У меня агрессивное поведение, мужской тип. Это с самого детства, и я хочу изменить его. Иногда хожу по квартире в туфлях и длинной юбке, но мало помогает (Инга, 16 лет).

Важно отметить, что для подростка значимым является не только родитель своего пола как образец идентификации, но и противоположного. Он во многом определяет то, как подросток будет реализовывать себя в отношениях с партнером противоположного пола.

Мой муж не так давно вернулся из тюрьмы. Понятно, что после пережитого он стал жестче, агрессивнее. Но дело не в этом, с его приходом сильно изменилась дочка. Она стала к людям по-другому относиться, с Лешей (это ее друг) стала жестко себя вести. Странно, но муж стал для нее каким-то эталоном, мужским идеалом. Ей стало нравиться, что мужчина умеет поставить всех на место. Из-за этого ее отношения с Лешей поменялись. Ведь он совсем не такой, он очень добрый юноша (Ирина Георгиевна, мама Нины, 15 лет).

Да, я часто бываю грубой. Но я всегда пытаюсь сдержаться, просто не всегда получается. Мне очень жалко мать, и я не хочу причинять ей неприятностей. Но мне кажется, когда я начинаю орать, я становлюсь вылитый Столяров — мой отец. Я его ненавижу. Не хочу быть на него похожей. Меня просто бесит, что я его дочь в полном смысле этого слова, т.е. даже веду себя, как он. Когда я осознаю это, то сразу затыкаюсь (Нина, 15 лет).

Отсутствие образцов для подражания среди значимых взрослых может привести к формированию у подростков ошибочной идентификации, например, с агрессивными героями кинобоевиков.

«...Несмотря на свой юный возраст, он совершил жестокое убийство. ...При обыске у парня нашли 12 компакт-дисков с компьютерными играми-стрелялками, в которых героев убивают, а они поднимаются и опять идут в бой целенькими и невредимыми. Еще большой набор видеокассет, в основном боевиков с убийствами» (Московский комсомолец, 11 июня 2002 г.).

Поэтому родителям подростка, находящегося на этапе отделения, необходимо понять, что только обратив внимание на собственную целостность, свой образ жизни, можно помочь своему взрослеющему ребенку. Таким образом, завершением интеграции заканчивается процесс отделения подростка от семьи. С ним устанавливаются новые отношения, основанные не на принуждении, а на партнерстве.

Для меня уже отпала необходимость отстаивать свои права. Теперь я только сообщаю родителям, что собираюсь делать, и они к этому адекватно относятся. Все чаще я теперь советуюсь именно с мамой. А семейные праздники уже не кажутся для меня занудной необходимостью. Просто с моим мнением считаются, у меня спрашивают совета (Вика, 17 лет).

Однако чаще всего процесс отделения затягивается на долгие годы и заканчивается лишь в молодости. А иногда «бои» продолжаются и в это время, вызывая обиды и разочарования как у самих молодых людей, так и у их родителей.

У меня в молодости были грандиозные планы: поступить в академию, реализовать себя как профессионала. Но я только и делала, что сидела дома и воспитывала детей. А от них никакой благодарности. Дочке уже 21 год, и я устала с ней бороться. Приходит домой поздно, всегда огрызается. Чтоб я так разговаривала со своими родителями! (Нина Васильевна, мама Эльвиры, 21 год).

Итак, мы рассмотрели процесс отделения подростка от семьи. Как уже говорилось, он необходим для формирования самостоятельности, достижения личностной зрелости. И роль родителей в этом процессе является ведущей.

Однако влияние родителей на личность подростка на этом не исчерпывается. Как отмечалось ранее, формированию идентичности подростка в период нормативного кризиса предшествует частичное разрушение личностной целостности за счет быстрых качественных изменений в телесном облике, сексуальном развитии, мышлении. Это может сопровождаться снижением самооценки, нарушением телесного самовосприятия, некоторым повышением тревожности. Поэтому особую остроту для подростка приобретает поддержка родителями его временно ослабевшего «Я» через удов-

летворение потребности в любви и принятии. Без такой поддержки снижается возможность благополучного завершения кризиса.

У нас в семье не принято говорить ласковых слов, обниматься. А как я попрошу в таком случае внимания, ласки? Мама не умеет проявлять своих чувств (Оля, 17 лет).

Иногда так хочется, чтобы тебя просто выслушали или спросили банальное: «Как у тебя дела?» Ведь в этом нет ничего особенного (Алеша, 16 лет).

Когда мне было 12 лет, мне всегда хотелось, чтобы мама была дома, когда я прихожу, или хотя бы оставляла записку. Я очень радовалась, когда, заходя на кухню, видела висящий на холодильнике листок. Я бросалась к нему, но обычно в нем не было ничего, кроме «обед в холодильнике, пожалуйста, помой посуду и полей цветы». И мне не хотелось делать ни того, ни другого.

К маме мне иногда хотелось залезть на руки, обняться с ней и сидеть долго-долго. Мама меня приласкивала, но говорила, что я ласкаюсь, как маленькая, и что так делать не надо (Катя, 19 лет).

Особенно значимым для подростка является вера родителей в его возможности. Необходимая предпосылка этого — наличие в семье доверительного, а не формализованного, общения. Однако чаще всего общение между подростком и родителями сводится к разговору об уроках или контролю за его поведением. Подросткам же, открывающим свой внутренний мир, изучающим его, важен интерес и внимание родителей именно к нему, а не ко внешним поведенческим проявлениям. И поэтому они могут расценивать внимание родителей только к внешней стороне жизни как безразличие к их жизни в целом.

Мне бы хотелось почаще видеть отца. Ну не в смысле того, что его вообще дома не бывает. Но он приезжает и все время за компьютером сидит. Хотелось сходить куда-нибудь всей семьей, на коньках покататься. Чтобы отношения у нас были не просто там «Папа — это папа. Здравствуйте, дядя». А чтобы папа был еще и другом, чтобы можно было посидеть, поговорить. Но я узнаю о нем только в каких-нибудь праздниках. И то сразу начинается... Мама говорит: «Саш, сделай что-нибудь». А он говорит: «Да он ничего не умеет, он лодырь. Куда ему это сделать!» А я про себя думаю: «А я могу». Но раз он так, так я и не делаю (Саша, 15 лет).

Она просыпается только когда меня куда-нибудь не пустить или что-нибудь запретить. А чтобы поинтересоваться моими проблемами и успехами, чтобы такое действительно произошло, что-то должно случиться, чудо, например (Илья, 15 лет).

Она (мама) мной вообще не интересуется. Такое впечатление, что ей вообще все равно, что у меня в жизни происходит. А если приду поздно — скандал на всю ночь обеспечен. А так она у меня ничего ни о чем не спрашивает. Интересуется только учебой. Вот здесь — да. Все до запятой выпросит. А про что-нибудь другое спросить — никогда в жизни (Наташа, 15 лет).

Часто вместо эмоциональной поддержки подростка родители, следуя стереотипам общественного сознания или опыту собственного семейного воспитания, совершают по отношению к нему те или иные действия по изменению его поведения в соответствии со своим эталоном. Следствие этого — затруднение формирования «Я» подростка, конфликты в семье.

В качестве иллюстрации приведем результаты, полученные студентами III курса МПГУ в процессе изучения ими возрастной психологии. Им предлагалось провести беседу с любым подростком так, чтобы выйти на формулирование его основных жизненных трудностей. Оказалось, что более 80 % подростков главные свои сложности относят к отношениям с родителями, жалуются на конфликты и непонимание в семье.

Когда у меня плохое настроение, я всегда плачу. Но я не могу, не должна плакать, потому что мама говорит, что я должна быть сильной. Мама никогда меня не понимала. Она меня во многом ограничивает, постоянно оберегает. Надоело! Я хочу уйти из дома. Уйду к подруге. Они меня не любят. Я им не нужна. Они всегда на меня кричат, не хотят выслушать. А я так хотела бы, чтобы они стали меня уважать, считаться со мной (Света, 16 лет).

Сейчас вообще-то я наказана, так как мой папа, как всегда, пытается заняться моим воспитанием. Два дня назад пришел с работы на два часа раньше. Я не успела смыть косметику. Ну, он и отправил меня умыться, крича на весь дом, что я похожа на девушку с Тверской. Надеюсь, что скоро я стану взрослой, и родители перестанут мною помыкать (Лариса, 15 лет).

Мне неприятно выслушивать очередные обвинения в том, что я бездельница, недостаточно времени уделяю урокам и т.п. Я-то знаю, что это неправда. Иногда мне кажется, что они ведут себя так, как будто я им не родная (Даша, 15 лет).

Вообще-то дома я редко появляюсь. Че с родаками сидеть? У меня друзей полно. А что они думают по этому поводу, мне все равно. Они из меня идеальную дочь пытаются сделать. Я должна учиться, учиться и еще раз учиться. А мнения у меня своего нет и быть не может — мала еще. Родители всегда правы. Потому что хотят добра. А я еще в жизни ничего не знаю, ничего не видела. Когда я пытаюсь сказать, что я уже взрослая и могу поступать по-своему, мне в ответ раздается тирада типа: пока ты живешь в нашем доме, ешь и пьешь за наш счет, будь добра следовать нашим требованиям. Я так жду своего 18-летия, чтобы наконец свалить от них куда подальше и видеть только по праздникам (Нина, 16 лет).

Мы обсуждали проблему общения между подростками и родителями, рассматривая ее с позиции создания оптимальных условий для развития детей. Но как уже говорилось, это двусторонний процесс, и нельзя забывать также об объективных трудностях родителей. Рассмотрим их более подробно.

1. Возможное возникновение у родителей не всегда осознанного страха перед различными аспектами подростковой субкультуры: лексикой, модой, музыкой и т.п. Появление в жизненном



пространстве взрослых нового — слов, одежды, песен — ярко свидетельствует о собственном старении и как бы символизирует конечность их жизни, поэтому чувствующие себя нереализованными в семейном или профессиональном плане родители испытывают тревогу при всяком соприкосновении с элементами жизни нового поколения.

Их музыка — полная чушь. Как можно одни стуки слушать. И слов не слышно. Вот у нас песни были другие: хорошие и добрые (Вера Григорьевна, мать Артема, 15 лет).

Не знаю, но мне почему-то жаль, что не вернуть того розовощекого мальчугана, который гонял на велосипеде по двору. В последнее время чувствую, что старею рядом с ним, так как он такой молодой, у него увлечения, которых я не понимаю. Но я рада, что он растет порядочным молодым человеком. Мы все-таки воспитали в нем чувство ответственности за свои поступки, порядочность и нравственные начала (Ирина Сергеевна, мама Виктора, 17 лет).

2. Возможность для родителей актуализации чувства собственной сексуальной неполноценности в случае нереализованности их в сексуальной сфере. Внешне это выражается в резких агрессивных реакциях при всяком соприкосновении с проявлениями подростковой сексуальности.

Ужас какой: как-то пришла домой пораньше, а там моя Инга с парнем целуется. Ну, я их обоих из дома вышвырнула. Как я могу терпеть в собственном доме такой разврат. Мы такими не были. Мы, даже когда спектакли в школе ставили, через платочек целовались. Все было как-то целомудренно, а теперь кругом разврат (Ольга Анатольевна, мать Инги, 16 лет).

3. Приближение кризиса «середины жизни», сопровождающегося депрессивными настроениями. Родители, переживающие его особо остро, с трудом могут оказывать эмоциональную поддержку детям, переживающим собственный кризис. Более того, поскольку многие родители склонны отвергать наличие кризиса у себя, то они будут проецировать его на подростка, приписывая ему причины своего депрессивного настроения, т.е. происходит своеобразное перекладывание на подростка ответственности за собственные эмоциональные трудности.

Устала, ничего не радует. Как вол работаю, а от него (сына) никакой благодарности. Не понимает, с каким трудом я его поднимаю. Из-за него из сил выбиваюсь (Елена Валерьевна, мать Валерия, 15 лет).

4. Возможность переноса на ребенка нарушенного отношения с партнером противоположного пола. Чаще это случается, если подросток напоминает его внешне или какими-либо чертами характера.

Мама ругается на меня постоянно, даже если я не виновата, а на моих старших сестер никогда. Мне кажется, что она меня не *любит*. Почему? Потому что я похожа на папу. Вот старшая, Настя, похожа и на маму, и на папу. Но больше всего она любит среднюю, Сашку. Она похожа на маму, а я

всегда напоминаю ей папу. Как будто она меня винит в том, что его нет с нами (Оксана, 13 лет).

Необходимо также обратить внимание на возможное появление у родителей чувства гнева в отношении своего ребенка. Точнее, следует говорить не о его первичном возникновении, а о выходе на поверхность и некотором осознании. С одной стороны, это вызвано тем, что в нашей культуре чувствовать гнев в отношении маленького ребенка считается постыдным, а в отношении взрослого — обычным. С другой стороны, став взрослым, ребенок перестает умилять и радовать взрослых своей «детскостью». Имеется в виду, что во внешности подростка пропадают «детские» черты, которые неосознанно привлекают взрослых. Действительно, чем меньше ребенок, тем больше он привлекает и умиляет окружающих. Это используют художники, разрабатывающие детские игрушки. У подростка последние внешние проявления «детскости» сходят на нет.

Однако появившееся у родителей не всегда осознанное чувство гнева может вызвать их эмоциональное отстранение от своего ребенка. Иногда это приводит и к отчуждению подростка от родителей.

Они оставляют мои проблемы только мне. Однажды я подслушала разговор своей матери с подругой по телефону... она (мать) сказала, что я для нее обуза. В этот момент я хотела умереть, но об услышанном ей не рассказала (Лиза, 16 лет).

Таким образом, психологу, работающему с проблемами нарушения взаимоотношений между подростками и родителями, необходимо держать в поле зрения трудности обеих сторон, понимая, что родители не просто не хотят действовать адекватно ситуации, но чаще всего не могут делать этого.

Итак, если существует такое огромное количество трудностей в общении между подростками и родителями, то какой способ общения можно считать оптимальным и возможно ли оно вообще?

Как нам представляется, оптимальным можно назвать не общение без конфликтов (напротив, оно будет свидетельствовать о задержке процесса отделения подростка от семьи), а общение кризисное, если понимать кризис как дуальное явление, представляющее, с одной стороны, опасность, трудность движения и развития, с другой — пробуждение новых возможностей. Однако если рассматривать общение подростка с родителями как кризисное, то следует ожидать отражения в нем проявлений первого этапа любого кризиса — периода разрушения. В это время происходит ломка привычных стереотипов общения, его форм, содержания. Казалось бы, понятно, что никакое подлинное созидание невозможно без разрушения старого, символической смерти прошлого опыта. Но старое, хотя и не приносит удовлетворения, часто кажется надежней и безопасней нового. Кроме того, в отличие от

древних культур современное общество построено на отрицании смерти, т.е. о ней не принято думать, говорить, помнить. Человек живет так, как будто он убежден в своей бессмертии. Но когда происходит ломка, отмирание некоторых естественных способов видения мира, познания самих себя и отношения к окружающему — это порой весьма схоже со смертью. Возможно, отрицание смерти культурой в целом приводит к тому, что людьми недооцениваются и периоды разрушений. Э. Йоманс считает, что (см. Психосинтез и другие интегральные техники, 1997) «маленькие смерти» — необходимы и являются неотъемлемой частью жизни.

Таким образом, большинство современных родителей и подростков пытаются построить, казалось бы, новые взаимоотношения, оставаясь при этом на старых позициях: подросток на детской, родитель — на опекающе-запретительной. При этом подросток отстаивает свои взрослые права, используя инфантильные средства: крик, плач, обиды и т.п. Родители продолжают применять те же воспитательные воздействия, которые были эффективными в прошлом. Однако обеим сторонам необходимо разрешить символически «умереть» старым формам общения, несмотря на то, что этот процесс может быть достаточно трудным и болезненным. И тогда общение приобретет новое качество, оно станет действительно свободным, полным любви, а не скрытой или открытой ненависти. Родители смогут получать от подростка поддержку и стимулироваться им к своему развитию и одновременно сами сумеют оказать на него позитивное воздействие. В таком воздействии можно выделить два основных направления: 1) содействие формированию самостоятельности подростка как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь на самого себя через предоставление ему возможности отделения от семьи; 2) содействие формированию эго-идентичности через предоставление подростку образца для идентификации, с одной стороны, и оказание поддержки его временно ослабевшему «Я» — с другой.

### **Контрольные вопросы**

1. Почему отделение подростка от семьи невозможно без отделения семьи от подростка?
2. Каковы основные причины трудностей отделения?
3. Каковы основные варианты нарушения отделения?
4. Как можно охарактеризовать основные этапы отделения подростка от семьи?
5. Почему подросткам необходима эмоциональная поддержка родителей?
6. Какова роль родителей в осуществлении процесса идентификации подростков?
7. Что нужно понимать под «символической смертью» прежних форм общения у родителей и подростков?

## ОБЩЕНИЕ СО СВЕРСТНИКАМИ И СУБКУЛЬТУРА

Говоря о подростках, следует особо остановиться на специфике **общения их со сверстниками**. Многие исследователи отводят влиянию общения со сверстниками на личность подростка решающую роль как в позитивном, так и в негативном аспектах. Таким образом, общение содействует успешной социализации подростка, но также может определить его асоциальное поведение. Мы тоже считаем, что роль общения со сверстниками у подростков действительно велика, хотя влияние внутрисемейного общения на развитие подростка продолжает оставаться достаточно сильным, т. е. влияние сверстников на личность подростка во многом опосредуется его семьей. Действительно, доверительные отношения в семье могут скомпенсировать те или иные трудности в общении со сверстниками, помочь подростку определить свою внутреннюю позицию по отношению к асоциальным тенденциям его друзей. Однако верно и обратное. Непонятый и непринятый в семье подросток пойдет искать душевное тепло и внимание вне дома. Подросток, которого унижают близкие люди, будет компенсировать это насмешками, издевательствами над более слабыми ребятами в компании. Таким образом, можно сказать, что характер общения со сверстниками во многом определяется взаимоотношениями в семье подростка.

Итак, отметив непрямой характер влияния сверстников на подростка, перейдем к обсуждению того, на какие стороны личности распространяется это влияние.

Прежде всего, необходимо отметить, что общение может содействовать *реальному или иллюзорному усилению «Я» подростка* через возможность самоутверждения среди сверстников, достижения и поддержания высокого общественного статуса. Реальное усиление «Я» возможно в случае, если у подростка действительно имеются достижения в какой-либо области — спорте, музыке и т. п., — которые значимы в подростковой среде. Как уже говорилось, иногда некоторое усиление «Я» осуществляется не за счет реальных успехов, а через ощущение принадлежности к группе, позволяющее подростку почувствовать сильное «Мы».



Ты знаешь, я спешу. Мы сегодня собирались пойти в компьютерный клуб. Кто это мы? Мы — это наша компания, мои друзья (Дима, 15 лет).

Поэтому подростки столь остро воспринимают критику взрослых в адрес своей компании — это означает ослабление их собственного «Я». Они испытывают тревогу при возможности потери друзей, переживают, если взрослые при них оказывают те или иные воспитательные воздействия.

Источник моих проблем — мама. Вот вчера позвонила Вика и предложила потусоваться в нашем логове. А мама меня не пустила. Она всячески портит мне отношения с друзьями. Ну как она не понимает? Я так совсем останусь одна и не буду никому нужна (Света, 15 лет).

Родители все время на работе. Поэтому у них мало времени на меня. Но когда они приходят, то тут же при друзьях начинают учить меня. Это меня просто бесит (Даня, 14 лет).

Однако часто группа сверстников дает лишь иллюзию силы. Но, если кто-то прибегает к этой иллюзии, значит она ему необходима. Действительно, к такому лже-статусу стремятся подростки с несформированной из-за слишком быстрого отделения от семьи эго-идентичностью, не прошедшие этапа идентификации с родителями. Часто это происходит в тех семьях, где взрослые сами не ощущают своей личной значимости. Внешне это может выглядеть как социальная или семейная неуспешность, например плохо оплачиваемая работа или отсутствие полноценной семьи, конфликты в ней. Поэтому и подростки полагают, что такие взрослые не могут быть образцами поведения, поскольку не обеспечили даже себе достойную жизнь. Другая причина слишком быстрой эмансипации — это отсутствие в семье чувства защищенности, поиск которого подросток осуществляет в группе сверстников.

Рассмотрим основные варианты достижения иллюзии силы. По одному из них для ощущения собственной силы подростковой группе обязательно требуется «коллективный враг», вокруг которого концентрируются их объединенные агрессивные воздействия. К примеру, школьный психолог М.А. Ступницкая отмечает, что у пятиклассников ежегодно наблюдается всплеск выбора групповых «изгоев», которых они с большим удовольствием «травят». Причем, если «изгой» по тем или иным причинам оставляет эту позицию, они тут же выбирают из своей группы следующего. Сами же подростки утверждают, что отнюдь не хотят прекращения конфликтов, поэтому предпочитают «изгоев», которые оказывают им некоторое сопротивление. А ребят, которые слишком быстро сдаются, группа вскоре сама оставляет в покое, поскольку они уже не представляют для нее интереса. М.А. Ступницкая проводила опросы пятиклассников по составлению коллективного портрета желаемого «новенького», т.е. ученика, которого они хотели бы принять в свой класс. Оказалось, что они хотят видеть мальчика

или девочку с такими характеристиками, за которые их можно было бы исключить из коллектива и подвергнуть остракизму. Можно предположить, что причиной этого является сильное ослабление «Я» подростков, что вызвано необходимостью адаптации к средней школе, а также недостаточно стабильной внутрисемейной ситуацией. Поэтому принадлежность к группе, закреплённая совместными действиями против общего «врага», даёт им ощущение собственной силы.

По этой же схеме «выбираю общего врага — нападаю — чувствую силу» осуществляются не только конфликты в классе, но и многие другие действия подростков. Например, столь распространённые сегодня противоправные действия «скинхедов» или, как крайний вариант, убийства подростками тех, кого они могут позволить себе считать чужаками.

«В ночь на 5 октября в маленьком провинциальном городишке в 30 км от МКАД за убийство 54-летнего жителя Таджикистана Кенжу Бекова задержаны семеро девочек. Миловидные, симпатичные школьницы, ещё вчера игравшие в куклы, до смерти забили приезжего из Средней Азии. Забили практически просто так — с целью наживы, хотя брать у пожилого гастарбайтера было абсолютно нечего...» (Московский комсомолец, 8 октября 2002 г.).

Как можно легко заметить, иллюзия собственной силы в этом случае ощущается подростками при наличии рядом с собой более слабого человека, в отношении которого можно позволить себе совершать объединённые насильственные действия.

Другой вариант — это вступление в неформальные группы, т. е. стихийно образующиеся компании подростков на основе общих интересов, увлечений, видов досуговой деятельности, подражания выбранному типу поведения («фанаты», «хиппи», «панки», «рокеры», «металлисты» и т. д.). Неформальные объединения нигде не зарегистрированы, у них нет своего устава или положения. Условия членства в них не оговорены, численность группировок колеблется. В то же время эти объединения довольно устойчивы и жизнеспособны, для их членов существуют свои неписанные, но обязательные для исполнения, правила.

В чём причина стремления подростков к неформальным группам? С одной стороны, принадлежность к группе даёт поддержку ещё довольно слабому «Я» подростка, заменяя его сильным «Мы». Таким образом подросток ощущает иллюзию собственной силы. С другой стороны, она даёт ему иллюзию свободы. Подростки, принадлежащие к подобным организациям, считают себя исключительно свободными людьми, независимыми от родителей и общества. Однако в реальности группами руководят сильные лидеры, стремящиеся подавить всех остальных членов.

Если сравнить этот вариант иллюзорного усиления «Я» с предыдущим, то можно заметить наличие в них общего аспекта —

объединения вокруг определенной идеи, действий. Однако в них есть существенное отличие. В первом варианте усиление «Я» ощущается подростком за счет ослабления другого (из позиции сверху вниз), во втором — за счет присоединения к сильному лидеру или группе (из позиции снизу вверх).

В связи с вопросом о неформальных группах необходимо рассмотреть наличие взаимосвязи между личностными особенностями подростков и принадлежностью к определенной неформальной группе. Так, сравнительное исследование уровня физической агрессивности последователей панк-рока («панков») и хип-хопа («реперы») показало, что у «реперов» он существенно выше, чем у «панков». И это понятно, так как панк-культура проповедует философию ненасилия как в психическом, так и в физическом смыслах. В то же время, если исключить физическую агрессию, в целом панки более агрессивны. Они более раздражительны, склонны к отрицанию норм и правил и проявлению словесной или косвенной агрессии. Различаются «панки» и «реперы» и по некоторым другим личностным показателям. Пока неясно, что первично: личностные особенности или влияние неформальной группы, т.е. группа ли влияет на формирование личностных характеристик или же подростки с определенными характеристиками выбирают определенные группы, но принимать во внимание такую взаимосвязь необходимо.

Помимо воздействия общения со сверстниками на реальное или иллюзорное усиление «Я» подростков необходимо отметить влияние общения на *представление подростков об идеальном «Я»*, т.е. образ, которому хотелось бы соответствовать. Это в особенности значимо для тех подростков, которые отвергают родителей как модели для построения собственного «Я». В этом случае безусловными эталонами становятся наиболее сильные и популярные в компании лидеры. Можно сказать, что их влияние на ценности и установки молодых людей часто оказывается более значимым, чем влияние родителей, школы, религиозных организаций или любых социальных структур.

Следующий важный аспект влияния общения на развитие личности подростков — это помощь в становлении новой, взрослой позиции. Интересно, что первый этап становления — это как раз отрицание взрослости в традиционном варианте, т.е. отвержение всех ее атрибутов: моды, увлечений, даже лексики. Украшения подростков, стиль их причесок, музыка и даже ненормативная лексика символизируют дистанцированность от родителей и всего того, что связано с миром взрослых. Но при внимательном рассмотрении роль этого отрицания становится понятной. Для подростков главная привлекательность взрослости состоит в возможности неподчинения, свободе от детской зависимости. Они еще не очень понимают, что любая свобода имеет обратную сторону — ответ-

ственность. Поэтому именно в неподчинении, отвержении законов жизни взрослых им видится доказательство своей собственной взрослости. Кстати, понимание разрушения, отрицания как доказательства собственной силы можно встретить не только у подростков, но и у взрослых.

Общение влияет не только на развитие новой, взрослой позиции, но и существенно расширяет самосознание подростков через общение в паре, т.е. дружбу с однополым партнером. Это обусловлено тем, что подросток открывает свой внутренний мир, который определяет его собственную индивидуальность, неповторимость. Этот мир еще слишком хрупок, и у подростка возникает необходимость в одобрении, принятии его значимыми другими, чтобы подтвердить его право на существование. Помимо этого необходимо иметь в виду, что способность к внутреннему диалогу, т.е. размышлению о себе самом, в раннем подростковом возрасте недостаточно развита. Поэтому подростку легче рассказывать о себе другому человеку, чем самому размышлять о себе. Как известно, такой внешний диалог является преддверием внутреннего, поэтому можно заключить, что через общение с другом в этом случае осуществляется самопознание подростка.

У меня много друзей, и нет особых проблем найти, с кем тусануться. В общем, я одна никогда не остаюсь. Это хорошо, но хочется найти настоящего друга, который бы помогал и понимал меня (Яна, 14 лет).

Понятно, что основная потребность, реализуемая в дружбе, — это потребность в самораскрытии, т.е. стремлении посвятить другого в свои душевные тайны. Однако нужно помнить, что подросток не только стремится к самораскрытию, но одновременно оберегает свой внутренний мир, являющийся для него неким интимным таинством, от вторжения посторонних. Поэтому столь важной для него является атмосфера безопасности в дружбе, а одним из наиболее значимых качеств друга — умение не предать, сохранить тайну самораскрытия.

Я очень скрытная. Я видела, как моя сестра переживает из-за своей открытости, и поэтому я боюсь, что я раскрою перед человеком свою душу. А по ней пройдутся грязными сапогами. Хотя внешне я этого никогда не покажу! Пусть лучше меня считают человеком-загадкой (Ксения, 14 лет).

Друг — это человек, с которым ты общаешься. Друг должен быть один — человек, которому можно довериться. У меня на самом деле есть один друг и одна подруга. Мы с ней еще с I класса знакомы. Мы с ней как брат и сестра стали. Абсолютное доверие (Илья, 14 лет).

Говоря о подростковой дружбе, необходимо рассмотреть еще одну ее функцию — *содействие психосексуальному развитию* подростков. Имеется в виду, что выбор объекта любви часто проходит у подростков так называемую фазу гомосексуального выбора, которая внешне выглядит как страстная дружба, напоминающая



влюбленность. Особенно это значимо для девочек. К примеру, на переменах девочки ходят друг с другом обнявшись, пишут друг другу записочки, ревнуют и т. п.

Интересно, что мотивы выбора друзей с возрастом меняются. Младшие подростки, как правило, выбирают друзей на основе общности занятий, т. е. дел, которыми можно вместе заниматься. Для старших большее значение приобретают личностные качества партнеров. Для некоторых выбор осуществляется по сходству качеств или характеров, для других — по принципу идеального «Я». В этом случае выбирается друг с наличием тех качеств, которые подростку хотелось бы иметь у себя.

Рассмотрев влияние общения со сверстниками на развитие личности подростков, мы выяснили, что необходимо вовремя замечать те или иные трудности в общении подростков, понимать их причины. Перейдем к более подробному рассмотрению этого вопроса.

Большинство трудностей в общении у подростков связано с нарушениями в прохождении ими нормативного кризиса и формирования эго-идентичности.

Так, если результатом кризиса явится формирование у подростка *слабой идентичности*, то, как уже говорилось ранее, он прибегнет к самоизоляции и формализации взаимоотношений со сверстниками или, возможно, будет вступать в большое количество поверхностных контактов, не приносящих ему удовлетворения, не дающих ощущения близости.

Боюсь потерять себя. Мне кажется, что, общаясь с другими, я слишком подстраиваюсь под них. Меня как будто уже нет в этот момент. Поэтому предпочитаю одиночество, которое сама себе называю гордым (Агния, 16 лет).

Весьма часто трудности в общении появляются у подростков с *неуверенной идентичностью*. В этом случае подросток недоволен собой в целом, может быть, своей внешностью, ощущает свое отличие от сверстников. Другие кажутся ему более уверенными, привлекательными, полноценными. Интересно, что свое чувство неполноценности подросток иногда пытается скомпенсировать через конфликты с родителями, т. е. в атмосфере безопасности доказать свою полноценность. Со сверстниками неуверенный в себе подросток может проявлять себя двояким образом.

Во-первых — это демонстрация застенчивого поведения. Внешне такие подростки не проявляют своих чувств, живут в своем внутреннем мире. Окружающим они могут казаться абсолютно спокойными, однако в их душе могут бушевать сильнейшие переживания и неудовлетворенные желания. Как правило, они обладают повышенной склонностью к самоанализу и поэтому постоянно сравнивают себя с другими, чувствуя, что не соответствуют жела-

емым стандартам. Особенность таких ребят — склонность к самоуничтожению. Даже если школьная успеваемость у них не хуже, чем у остальных, они подбирают для уничтожения другие аргументы, например: «Я не могу много сказать на уроке, как другие ребята», «Я не такой способный, как они» и т.п. И хотя может показаться, что они не стремятся к общению, что им нравится быть только с самими собой, на самом деле они глубоко страдают от невозможности близких контактов.

У меня очень серая и скучная жизнь, так как все дни похожи друг на друга, как две капли воды. Утром в школу, из школы домой. Это потому, что у меня нет друзей. У меня есть знакомые девочки во дворе, но они не хотят меня брать с собой, так как я не похожа на них. Я чувствую себя плохо в их компании, они другие, у них другие интересы. Девочки часто пьют пиво и курят, а я этого не воспринимаю. Поэтому там никто на меня не обращает внимания. Можно сказать, что не замечают меня (Алена, 15 лет).

Я не хочу больше учиться в этом классе. Вот доучусь год и уйду. У меня там нет друзей. Я вообще говорить ни с кем не могу. Мне кажется, что всякий раз, когда я открываю рот, я говорю какую-нибудь глупость. Они все смеются и издеваются надо мной. Ну не издеваются, но все время вопросы дурацкие задают (Инна, 15 лет).

Интересно, что в этом случае возможна ситуация, когда подросток не имеет трудностей в общении с родителями. Более того, он может обращаться к родителям за помощью в налаживании контактов со сверстниками. Возможно, к неуверенной идентичности здесь добавляется некоторая несформированность эмоциональной децентрации, т.е. умения встать на позицию другого человека, взглянуть на проблему его глазами, приспособиться к окружающим. Это часто происходит в ситуации, когда ребенок имеет опыт благополучного общения с родителями в ущерб опыту общения со сверстниками. Родители, стараясь приспособливаться к подростку, быть всегда в понимающей позиции, не ставят его в необходимость понимания других и приспособления к ним.

Да, я знаю о сложившейся в классе ситуации. Я не хочу обижать других детей, сказать, что они отстают в развитии, нет. Просто они с дочерью находятся на разных уровнях восприятия окружающего мира. Этим они разнятся, и поэтому у них нет общих тем для бесед (Светлана Васильевна, мама Инны, 15 лет).

Во-вторых — это излишнее стремление к лидерству, которое в данном случае имеет защитный характер, т.е. через лидерство подростки пытаются доказать окружающим, но в первую очередь самим себе, собственную компетентность, полноценность, силу. Понятно, что такой путь приводит к частым конфликтам между подростком и сверстниками, поскольку из-за неуверенной идентичности подросток не может выполнять лидерские функции.

Мне нравится быть в центре внимания. Всегда хочется быть лидером. Ощущение, что кто-то может быть лучше меня, очень тяготит. Я пытаюсь успевать во всем (в школе отличница). Я просто требую внимания к себе не только со стороны молодых людей, но и со стороны моих подружек. Наверное, это из-за того, что дома на меня внимания особого не обращают. Я — средняя дочь. Да еще мама меня ругает, постоянно во всех ее проблемах я виновата, что в разводе, что в других неудачах (Оля, 17 лет).

Конечно, возможно и сочетание тех или иных проявлений застенчивости и стремления к лидерству. Этот путь наиболее тяжел, потому что ни сам подросток, ни его окружение не понимают, чего он хочет на самом деле.

У меня складывается впечатление, что я не такая, как все, что никто не хочет со мной общаться из-за моих недостатков, которых у меня море. И поэтому у меня нет хороших друзей, на которых я могла бы положиться. А близкой подруги у меня никогда не было, и посекретничать не с кем. А недостатки... у меня их так много, что всех не перечислишь. Вот, например, я веду себя чересчур эгоистично. Всегда и во всем хочу быть первой. Я понимаю, что этого невозможно добиться. Я уже и сама запуталась, чего мне хочется на самом деле (Лиза, 13 лет).

Если результатом кризиса станет формирование *идентичности*, *размытой во времени*, то трудности в общении обусловит прежде всего такой ее аспект, как наличие страха взросления. В этом случае подростки пытаются «спрятаться» за семью, избегают глубоких контактов со сверстниками, которые пугают их и представляются рискованными.

У меня нет особых подруг. Это потому, что все сейчас грубые, пьют, курят. Мне хорошо дома, и никто не уговорит меня пойти, например, на дискотеку. И вообще я с тревогой думаю о будущем. Мир такой страшный. Я боюсь встречаться с ним (Инга, 15 лет).

Если у подростка формируется *иллюзорная идентичность*, то общение происходит в основном с кумирами, поэтому отношения со сверстниками хотя и бесконфликтны, но достаточно поверхностны. Субъективно трудности в общении с ними подростком не переживаются.

У меня есть лучший друг — это Виктор Цой. Больше мне никто не нужен. Я могу часами слушать его песни, пою и играю их сам. Мне кажется, что он слышит меня и доволен мной. Это лучшее, что есть у меня в жизни (Вадим, 17 лет).

При внимательном рассмотрении можно заметить, что, как правило, наличие трудностей в общении со сверстниками у подростка сопровождается теми или иными проблемами внутрисемейного общения, причем последние при этом могут существенно усиливаться.

У меня нет подруг. Одна подруга меня часто использовала. А другая хотела, но я не позволила. Она обращалась ко мне, только когда ее подруга

куда-нибудь уезжала. Обращалась со мной на вечеринках, как с ребенком. А вообще я хочу быть похожей на девочку из нашего класса. У нее идеальная внешность, одежда, прическа. Она может делать все, что хочет, и все воспринимают ее, как надо. Я хочу, но я не стараюсь быть во всем на нее похожей. Я хочу быть собой.

Меня все кругом раздражает. Меня часто раздражает моя одежда, как она на мне плохо сидит. Еще лицо мое не нравится. Все идут на дискотеку, а я дома сижу. Мама всегда спрашивает: «А ты почему не ходишь?» Она просто заставляет меня чувствовать себя неполноценным дебильным человеком. Не могу же я припереться туда одна. Ну и я психовать начинаю (Марьяна, 16 лет).

Последнее время дочка стала очень раздражительной. Часто плачет, устраивает истерики, примерно раз в две недели, как правило, по выходным, часто взрывается. Причины понять не могу. На мои вопросы не отвечает, разговаривает грубо, даже кричит. Предъявляет какие-то требования. Говорит, что ей нечего надевать. Хотя в магазин с ней ходить невозможно. Она уходит, как только я начинаю спрашивать что-либо у продавца. Говорит, что я кричу на весь магазин (Эдит Алексеевна, мама Марьяны, 16 лет).

Далее обратимся к проблеме пространства, в котором осуществляется общение подростков, — *подростковой субкультуре*. Существуют различные научные и бытовые точки зрения в отношении функций, социальной значимости подростковой субкультуры, ее роли в образовании асоциальных объединений. Мы же попробуем описать собственное понимание функций подростковой субкультуры на основе анализа одной из ее неотъемлемых составляющих — обценной лексики, т.е. матерной брани. Ее специфика заключается в широкой распространенности в подростковой среде, с одной стороны, и в древнейшем происхождении — с другой. Как утверждает Б. Успенский, в язычестве матерная брань имела культовую функцию. Она была широко представлена в различных обрядах: свадебных, сельскохозяйственных и др. Позже в некоторых случаях она использовалась как эквивалент молитве. «Так, для того, чтобы спастись от домового, лешего, черта и т.п. предписывается либо прочесть молитву, ...либо матерно выругаться (Антимир русской культуры, 1996, с. 19). В целом же она являлась частью антиповедения, т.е. символизировала нарушение культурных запретов.

Широкое использование матерной брани современными подростками, как нам представляется, также обозначает их стремление освободиться от требований культуры, являясь своего рода антиповедением. По-видимому, пребывание в позиции «анти», т.е. частичного разрушения культурных норм, необходимо для развития подростков. Обращаясь к истории, можно вспомнить, что в традиционной культуре существовали разрешенные формы антиповедения. Так, элементами многих славянских праздников были ритуальные бесчинства, пьянство, разгул и т.п., в которых участвовали преимущественно подростки.



Современные подростки, не имея возможности осуществить антиповедение в социально приемлемых формах, проявляют его в повседневной жизни через использование матерной брани и других форм поведения, включающих, как правило, агрессивные действия.

Можно предположить, что через антиповедение осуществляется знакомство подростков с темной стороной своей личности, «тенью», что необходимо для достижения их личностной целостности.

Однако подростковая субкультура не только способствует личностному развитию подростков, ее значение намного больше. Частичное отрицание, разрушение культурных норм и ценностей предупреждает культурную стагнацию, обеспечивает культурный прогресс общества в целом. Поэтому следует допустить некоторую асоциальность подростковой субкультуры, тем более что чаще всего она носит временный характер, хотя, безусловно, в некоторых случаях может стать источником стойкого асоциального поведения. Но случаи эти определяются не самой культурой, а прежде всего атмосферой семьи подростка и его личностными характеристиками.

Подводя итоги, выделим следующие основные направления позитивного воздействия общения со сверстниками на развитие личности подростка.

1. Содействие формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь на самого себя через предоставление опыта реальной жизни.

2. Содействие формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде — с другой.

3. Расширение самосознания, развитие способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении с однополым партнером.

### **Контрольные вопросы**

1. На какие аспекты личности подростка влияет его общение со сверстниками?

2. Как воздействуют отношения подростка с родителями на его общение со сверстниками?

3. Что дает подростку участие в неформальном объединении?

4. В чем причины вступления подростков в асоциальные группы?

5. В чем основные причины трудностей в общении со сверстниками?

6. Как влияет на подростка общение или дружба в паре?

7. Каковы основные сложности при общении подростков в паре?

## ВЛИЯНИЕ ШКОЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ И ОБЩЕНИЯ С ПЕДАГОГАМИ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

В психолого-педагогической литературе широко представлено обсуждение проблемы целей и содержания, оптимальных методов, продолжительности школьного обучения и т. п. Однако при рассмотрении влияния, которое оказывает школьное обучение на учащегося, упускаются некоторые важные моменты. Внимание педагогов и родителей привлечено прежде всего к изменениям в познавательной сфере ребенка. Их интересует количество приобретенной информации, овладение способами ее переработки и использования, т. е. то, что находит отражение в школьной успеваемости. Учебная успешность определяет удовлетворенность взрослых своим ребенком. Несколько сниженная по сравнению с желаемым эталоном успеваемость вызывает тревогу, недовольство. И это понятно, поскольку взрослые полагают, что хорошая успеваемость ребенка является предпосылкой его будущей социальной успешности. Но многие педагоги и родители не придают значения тому важному обстоятельству, что в процессе учебной деятельности учащийся не только получает образование, необходимое для его успешного функционирования и развития в период взрослости, школьное обучение оказывает существенное влияние на развитие его личности. Это воздействие может быть как позитивным, так и негативным. Позитивные личностные новообразования, сложившиеся в процессе школьного обучения, так же необходимы для успешной жизни, как и хорошее образование, а негативные могут «свести на нет» любое самое элитное образование, т. е. существенно осложнят последующую социальную адаптацию, профессиональный рост, а иногда и семейную жизнь.

Рассмотрим, какие факторы влияют на формирование позитивных или негативных новообразований. Один из важнейших факторов — это субъективное восприятие учеником результата своей учебной деятельности как успешной или неудачной. Именно поэтому столь сильное воздействие на личность учащегося оказывает неудача в учении. Определим ее содержание более подробно.

Начнем с определения *учебной деятельности*: это деятельность, направленная на усвоение знаний, накопленных человечеством.

При этом учащийся является субъектом, осуществляющим эту деятельность. В структуру учебной деятельности обычно включают учебную задачу — то, что ученик должен непосредственно усвоить; учебные действия — изменения учебного материала, необходимые для его освоения учеником; действия контроля — указания на то, правильно ли ученик совершает учебные действия; действия оценки — определение того, достиг ли ученик необходимого результата.

Исходя из изложенного, под неудачей в учении нужно понимать основанное на действиях оценки несоответствие полученного учеником результата необходимому. Однако такое определение нельзя назвать полным, поскольку не всякое несоответствие результату будет вызывать у ребенка субъективную неудовлетворенность своей деятельностью. По нашему мнению, в понимание неудачи кроме несоответствия итога деятельности необходимому результату должно входить наличие переживания ребенком этого несоответствия, с одной стороны, и последующего изменения поведения — с другой. Таким образом, **неудача в учении** — это несоответствие полученного ребенком результата учебной деятельности необходимому, вызывающее эмоциональное переживание и последующее изменение поведения.

Важно отметить, что последующее изменение поведения может быть как позитивным (при этом уменьшается вероятность последующих неудач и происходит развитие воли, способности к преодолению трудностей), так и негативным (снижается эффективность учебной деятельности).

Однако длительное пребывание школьников в ситуации неудачи или же одиночная эмоционально значимая неудача может сформировать чувство неполноценности, собственной слабости и беспомощности, которое проявляется на поведенческом плане в двух вариантах. Первый — активный — это стремление подростка всячески скомпенсировать имеющееся чувство неполноценности часто за счет агрессивных действий, направленных на более слабых людей. Второй — пассивный вариант — это акцентирование своей слабости, беспомощности (как частный случай — склонность к частым заболеваниям).

Длительные неудачи влияют и на саму учебную деятельность. Многие специалисты (Л. И. Божович, З. И. Калмыкова, Л. С. Славина, В. С. Цейтлин и др.) говорили о том, что среди неуспевающих учащихся лишь малая группа детей отличается пониженной обучаемостью, остальные — это педагогически запущенные дети, у которых систематические неудачи в учении привели к снижению самооценки, учебной мотивации и, более того, равнодушию к успехам и неудачам в овладении учебными умениями.

Однако снижением учебной мотивации воздействие неудачи не ограничивается. У учащихся формируется ориентация не на

достижение успеха в учебной деятельности, а на избегание неудач. Подробное изучение этого вопроса представлено в работах А. И. Аршавского, И. С. Коростылевой, В. С. Ротенберга. Неудачи рассматриваются ими как ситуации, в которых действия человека, направленные на достижение цели, не приводят к желаемому результату. Следуя одна за одной, неудачи приобретают для человека большую эмоциональную значимость или личностный смысл, чем достижение цели. Соответственно, приступая к той или иной деятельности, он стремится уже не к достижению цели, а к избеганию неудачи, например думает только о том, как бы не совершить ошибку (и, конечно, совершает ее). Понятно, что эффективность учебной деятельности снижается.

Итак, всех учащихся можно условно разделить на две группы: с ориентацией на успех или избегание неудачи: усилия первых направлены на достижение успеха, вторых — на недопущение неудачи.

Я боюсь отвечать на уроке. Боюсь, что скажу что-то не то. Вдруг я неправильно отвечу. Все будут смеяться, а мне будет стыдно. Поэтому я стараюсь вообще не отвечать. Это у меня после учительницы по русскому. В V классе я заболела и не приготовила домашнее задание. Пришла в школу, она вызвала меня к доске. Я не смогла ответить. Тогда она вызвала двоичника к доске рядом со мной и попросила его рассказать. Он ответил. Она сказала: «Вот видишь, он знает, а ты нет». Мне было очень стыдно. Я сильно расстроилась (Лиза, 15 лет).

Интересно, что у учащихся этих групп существуют различия в характере учебной деятельности. Исследования показали, что люди с мотивацией успеха предпочитают задачи со средней вероятностью успеха и соответственно имеют реалистичный уровень притязаний. Мотивированные на неудачу, как правило, выбирают очень легкие или очень трудные задачи и проявляют настойчивость в решении их. Хотя в целом мотивированные на успех демонстрируют большую настойчивость, чем «неудачники». Существует также различие в оценке ими своих способностей. «Неудачники» оценивают свои способности менее адекватно, чем индивиды, ориентированные на успех. Но, пожалуй, самое важное различие двух выделенных групп — это поведенческая реакция их на неудачу. Оказывается, у подростков, стремящихся к успеху, неудача или какое-либо затруднение при выполнении задания усиливает учебную мотивацию. У подростков, ориентированных на избегание неудачи, — существенно снижает.

В школе я делаю и люблю заниматься только тем, что получается. Если не получается, бросаю или обращаюсь за помощью (Герман, 15 лет).

Иногда избегание неудачи приводит к почти полному прекращению учебной деятельности. При этом взрослые, как правило, не понимают истинной причины такого поведения, приписывая

отсутствие стремления к учебе ленью подростка. Сам подросток также может объяснять свои действия ленью, поскольку наличие лени как личностной характеристики переживается менее болезненно, чем осознание собственного страха неудачи, своей беспомощности и слабости.

Я недоволен тем, что я ленивый. Надо учиться, а я почти ничего не делаю. Делаю все по мере своих возможностей, в основном только то, что нравится (Никита, 15 лет).

Кроме того, если ученик долго ощущал неконтролируемость ситуации, независимость успешности результата от своих усилий, то у него может практически полностью исчезнуть всякая познавательная активность.

Надоело бороться с плохой успеваемостью. Почему? Скучно сидеть на уроках. Надоели учителя. Надоели настойчивостью. Ставят «два» и хотят, чтобы я успевал. А двойки убивают морально меня и мое желание продолжать учиться. Поэтому на уроке гораздо приятнее не учиться, а кушать или рисовать, чем смотреть на зеленую доску с каракулями и наблюдать полную фигуру учительницы, бегающей из угла в угол (Антон, 15 лет).

На еще более тревожный симптом указывает А. М. Прихожан, рассматривая роль неудачи в учении. Она утверждает, что можно выделить людей, склонных к неуспешным ситуациям во всех сферах жизнедеятельности. Их основные характеристики: неумение проводить самопрезентацию как следствие сниженной самооценки и негативное отношение к жизни. А. М. Прихожан (2000) отмечает, что позитивное отношение к жизни (оптимизм, активность и уверенность в себе) отличает «победителя», «счастливчика» от «неудачника». Умение любить себя, т.е. принять себя, зная собственные достоинства и недостатки, осознавать собственную уникальность необходимо человеку, по мнению А. М. Прихожан, не только для жизненной удачливости, но и для получения возможности самоактуализации, гармонизации судьбы человека в целом. Можно предположить, что именно в школьном возрасте происходит начальное формирование будущего жизненного сценария ребенка как «удачника» или «неудачника». Таким образом, успешность учебной деятельности вносит весьма существенный вклад в формирование самоуважения, веры в свои возможности и является предпосылкой для формирования сценария «удачника». Соответственно постоянные неудачи закрепляют чувство неполноценности и через стремление к его компенсации могут явиться «тропинкой» к асоциальному поведению.

Итак, мы выяснили, что неудачи в учении могут негативно сказаться на развитии личности школьника. Рассмотрим их основные причины. В соответствии с классификацией Ф. Дольто (1997) можно выделить три группы основных причин неудач у здоровых подростков.



*Социальные причины.* Школьные неудачи чаще сопровождают учащихся из семей с очень низким или очень высоким уровнем дохода. Первым не уделяют достаточного внимания родители, занятые проблемой материального обеспечения семьи. Плохие бытовые условия часто мешают им развивать свои интеллектуальные возможности. Вторые могут находиться в ситуации сверхтребовательности родителей к их школьным успехам, что вызывает страх неудачи и в соответствии с описанным выше механизмом — «выученную беспомощность».

*Психологические причины.* Эти причины можно разделить на две группы: 1) вызванные нарушением развития в онтогенезе; 2) обусловленные актуальной ситуацией. Часто подросток неуспешен в учении из-за неуверенности в себе, чувства собственной неполноценности, которые сформировались в детстве. Причиной, относящейся к актуальной ситуации, можно назвать дискомфорт в семье подростка. Как отмечает Ф.Дольто, «очень часто школьные неудачи — это признак глубокого душевного разлада самого подростка, связанного с тем, каковы его отношения с родителями» (Ф.Дольто, 1997, с. 144).

*Педагогические причины.* Это совокупность неадекватных воздействий со стороны школы, включая организацию учебного процесса построения программ обучения, стиль педагогического общения.

На общении подростка с педагогами следует остановиться специально, поскольку оно в ряде случаев является не только предпосылкой для ощущения подростком себя как неудачника, но и самостоятельным, достаточно значимым фактором, влияющим на развитие его личности.

Во-первых, общение может содействовать усилению «Я» подростка, если будет способствовать его самоутверждению в глазах сверстников. Это происходит, если педагог проявляет уважение к чувствам и мыслям подростка, не допускает ситуаций оскорбления, насмешек. В противном случае общение не только будет ослаблять «Я» подростка, но и может заставить его компенсировать чувство униженности через агрессивные действия в отношении самих педагогов.

Действительно, можно наблюдать разнообразные способы мести, которые подростки выбирают для своих педагогов. Важно отметить, что подавленные, униженные в школе подростки могут прибегнуть к асоциальному поведению на улице в отношении лиц, которых они считают более слабыми.

Здравствуйте. Я псих и пришел лечиться. Ну, может, я и не псих, но нервный, легко завожусь, отвлекаюсь. Вообще я хочу, чтобы нас, неуспевающих, все боялись: и ребята, и учителя. Учителям нелюбимым я грублю. Вот классная — она нас вечно одергивает, оскорбляет и любимчиков спрашивает. А я будто хуже (Миша, 12 лет).

У меня сегодня настроение клевое. Почему? Я сегодня на уроке прикольнулся. Я кинул резиновую гранату в класс, где шел урок английского языка — такое началось! Учительница кричит: «Ложитесь, это граната!» Все засмеялись, потому что они знали, что она резиновая. Как повела себя учительница? Она заплакала и выбежала из кабинета. А мы засмеялись и засвистели. Жалко ли мне ее? Дура она. Учить не умеет, умеет только спрашивать. Я ничего не понимаю на ее уроках. Потом пришла завуч, начала кричать. Написала мне в дневник гневное письмо маме. Я его вырезал. Потом она позвонила мне домой, мама меня наказала. Теперь денег не дает и на улицу не пускает. Не жалею ли я, что такое совершил? Повторил бы еще раз (Илья, 13 лет).

Часто в качестве канала проявления агрессии подростки используют смех. Если же не удастся высмеять педагога открыто, подростки зло смеются над ним в своих компаниях.

У меня нет проблем с учителями, только с химичкой. Я ей дал кличку «Сова» — сидит на кафедре и вращает глазами туда-сюда. А еще мы с ней переписываемся. Если я написал самостоятельную правильно, она на листочке пишет: «Опять списал». А я ей отвечаю: «Инна Владимировна, разве вы когда-нибудь видели, чтобы я списывал?» А она мне: «Да ты и с потолка спишешь». Кстати, хорошая идея, надо воспользоваться (Саша, 15 лет).

Представляешь, что сегодня сделала наша математичка? Началось все с того, что у нас поездка в декабре будет в Новгород, Псков, в какие-то кудыкины земли. Ну вот, она нас спрашивала, кто поедет. «Поедем, будет интересно, пойдем по пушкинским места, на могилу Пушкина, сла-аа-ва великомуууу поэту». И изо всех сил вдруг начинает дубасить по столу. Я уж подумала, гимн, что ли, в честь Пушкина отбивает. Потом опять: «Слаааааа великому поэту». И опять долбить. А потом учебник поднимает, а у нее там кедровые орешки. Она их била. А что такого? Она у нас почти всегда на уроке ест. Диктует или у доски пишет и жует яблоко или пряник: «хрум-хрум».

А англичанка: «Мне так мало платят, так мало платят. Мне не на что жить. И как же мне здесь сидеть. Я задыхаюсь здесь от жары. И пить, и есть хочется. А в вашей столовой одни пирожки продаются. И кушать-то мне нечего». И так каждый урок.

Или по труду: «Глазки на меня, глазки на меня!!! Конструирование юбки и готовка сууупов. Что у тебя за карандаш такой вообще, что у тебя карандаш какой-то и сама ты какая-то не такая».

А музыка: «Шопен, Шопен...» Ну а я сижу с Сапожниковым, про глисты разговаривали, он там сухарики ел. Я конфеты ела. А она мне говорит: «Хватит ему глазки строить. Надо Шопена слушать». А Сапожников говорит: «Мне так трапезу хорошо под Шопена» (Оля, 12 лет).

Важность общения подростков с педагогами обусловлена также и тем, что педагог может быть тем значимым взрослым, который послужит объектом для положительной идентификации, способствуя познанию подростком самого себя, укреплению его еще слабого «Я». Особенно это необходимо для ребят из таких семей, где родители не могут быть для них эталонами.

Мне нравится больше всего моя первая учительница. Мне кажется, что у нее не было любимчиков. Она так понятно объясняла и посмеяться с нами могла. Может быть, поэтому я тоже собираюсь поступать в педагогический (Эльвира, 16 лет).

Нужно отметить, что в этом случае подростки идентифицируют себя не только с самим педагогом, но и с его предметом. Поэтому предметы, которые ведутся любимыми педагогами, будут вызывать особый интерес, стремление совершенствоваться в них.

У нас была учительница по русскому языку в VI классе. Я у нее на одни пятерки учился. Именно у нее я и полюбил русский. Потом она ушла и пришла другая. Я стал получать тройки. Эта учительница нервная какая-то, кричит постоянно. Но я все равно русский теперь уже люблю (Сева, 12 лет).

У меня тройка по геометрии и географии. Это от учителя зависит: если учитель будет хороший, то и предмет будет нравиться. По географии нас учитель по голове книжкой может ударить. Глаза бешеные делает и лупит (Наиль, 13 лет).

Итак, общение педагога с подростками может содействовать усилению его «Я» или формированию компенсаторной агрессивности, выступать эталоном для идентификации или же объектом отрицания.

Рассмотрим наиболее типичные трудности в общении между педагогами и подростками. В таком общении можно выделить два аспекта: 1) направленность на взаимодействие; 2) направленность на передачу учебной информации. Кроме того, любое общение невозможно без взаимопонимания партнеров, поскольку впечатления, возникающие у них друг о друге, влияют на успешность организации согласованных действий. Следовательно, существуют три основные проблемы в педагогическом общении: это оптимизация организации взаимодействия, обмена информацией и установления взаимопонимания.

Начнем с обсуждения условий *эффективного взаимодействия*. Часто его нарушения происходят из-за «застывания» педагогов на позиции Родителя. Поясним, что имеется в виду. С точки зрения Э. Бёрна (1992), каждый участник взаимодействия занимает одну из психологических позиций: Ребенка, Взрослого, Родителя. При этом позиция Ребенка характеризуется акцентированием своих желаний («Хочу»), позиция Родителя — требований («Надо»), позиция взрослого содержит анализ ситуации («Подумаем»). Как отмечает Г. М. Андреева (1997), взаимодействие будет эффективным только тогда, когда один из его участников учитывает позицию другого участника. Например, подросток находится в позиции Взрослого, и педагог обращается к нему как к взрослому. И наоборот, если педагог из собственной позиции Родителя пытается организовать взаимодействие с Ребенком подростка, то оно будет неэффективным, поскольку подростки склонны отрицать свою

детскую позицию, отстаивать взрослую. Достаточно эффективным будет также общение в паре Ребенок педагога и Ребенок подростка. Например, оно может происходить в виде совместной игры. Но в реальной практике педагоги часто не обладают достаточной гибкостью и не умеют менять свою позицию в общении. Более того, многие даже не осознают необходимости этого, считая, что позиция Родителя является основной и единственной.

Они считают нас детьми, разговаривают с нами, как с маленькими. Но мы уже взрослые, нам не по пять лет. Только знают одно: «Вы совсем не учитесь» (Наташа, 16 лет).

Следующая «горячая точка» в организации взаимодействия — это конфликт. В обыденном представлении конфликт связан с негативными чувствами, нарушением взаимодействия, поэтому своей основной задачей педагоги считают не допустить конфликта на уроке, а при возникновении — подавить его. Однако конфликт может носить и продуктивный характер, способствуя более полному, всестороннему рассмотрению проблемы, чего в реальной жизни, как правило, не происходит.

Перейдем к обсуждению проблем, возникающих в процессе передачи информации между педагогами и подростками. Как известно, важнейшим средством коммуникации является речь, при помощи которой осуществляется кодирование информации в процессе говорения и декодирование при слушании. Таким образом, для успешной передачи информации необходимо, чтобы системы кодирования и декодирования хотя бы частично совпадали, в противном случае возможно искажение информации или ее частичная утрата. Однако подростки и педагоги имеют столь разный жизненный опыт, что различия в системах кодирования и декодирования неизбежны. Проблема усложняется тем, что в обычной жизни подростки используют так называемую подростковую лексику и аналогичные невербальные средства. Понятно, что есть педагоги, которые умело используют обратную связь при общении с подростками и на ее основе корректируют свою систему кодирования информации так, что подростки воспринимают смысл сказанного адекватно. Однако многие педагоги даже не задумываются над тем, что необходимо определить не только содержание информации, т.е. смысл сообщения, но и форму ее предъявления. В этом случае понимание между подростками и педагогами нарушается.

Довольно часто можно встретить такую типичную ошибку педагогов, как недооценка установок аудитории из-за отсутствия у них стремления опираться на жизненный опыт и потребности учащихся.

Значительные трудности в передаче информации вызваны недостаточным вниманием к невербальным каналам коммуникации.

Педагоги редко осознанно используют мимику, жесты, позы, темп речи, организацию пространства; не всегда понимают, что невербальное воздействие часто оказывается более действенным, чем вербальное, а неадекватное использование речевых средств может дать противоположный ожидаемому эффект. Так, например, если учитель окрикнул подростка «в спину», это может иметь отрицательное значение. Особо следует отметить, что невербальные средства общения имеют выраженные культурные различия.

Рассмотрим вопрос о трудностях установления взаимопонимания между педагогами и подростками. Этот процесс часто осложняется включением механизма проекции — переноса на познаваемых людей каких-либо особенностей самого воспринимающего. Педагоги нередко замечают и активно порицают в учащихся качества, присущие им самим. Например, педагог, опаздывающий на уроки, может быть непримирим к опозданиям ребят, а педагог, имеющий сексуальные проблемы, активно борется с проявлениями сексуальности у подростков.

Видели бы вы, что они делают на бульваре! Я специально посмотрела: они целуются, и как целуются! В губы! (Агнесса Павловна, учитель истории).

Кроме того, следует учитывать, что у подростков присутствует обостренное чувство справедливости, поэтому они с повышенной эмоциональностью реагируют на ситуации, когда, по их мнению, справедливость нарушена.

Бесит меня учитель по алгебре. Почему? Да любимчиков своих выделяет. Надоело (Наташа, 16 лет).

Мне нравятся те педагоги, которые объективно оценивают. Ставят ту оценку, которую ты заслуживаешь. Ненавижу тех, кто нечестно оценивает (Аня, 14 лет).

Однако общение может быть затруднено и из-за влияния на него процесса отделения подростка от семьи, рассмотренного ранее. В этом случае подросток переносит на педагогов свое отношение к родителю и всеми силами, не всегда адекватно ситуации, доказывает им факт собственного взросления. Возможен также перенос на педагога чувства гнева, не выраженного по отношению к родителям. Поэтому перед педагогом встает довольно трудная задача — понять, что этот гнев направлен не на него лично, и спокойно и доброжелательно установить контакт с подростком.

Подводя итоги обсуждению влияния общения с педагогами на развитие личности подростка, следует выделить следующее основное направление такого воздействия. Это содействие формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усилению «Я» на основе самоутверждения в процессе учебной деятельности и общения — с другой.



### **Контрольные вопросы**

1. На какие аспекты личности влияет обучение подростка в школе?
2. Каковы основные причины неудач в учении у подростков?
3. Как влияют на подростка систематические неудачи в учении?
4. Какие личные проблемы подростка могут осложнять его взаимодействие с педагогами?
5. Какую роль в общении подростка и педагога играет смех?
6. Какие аспекты можно выделить в общении между подростками и педагогами?
7. Каковы основные проблемы в педагогическом общении?

## ОСОБЕННОСТИ САМОСОЗНАНИЯ

Переходный возраст иногда называют периодом открытия «Я», когда подросток начинает задумываться над вопросами «Кто я?», «Чего хочу и что могу?», т. е. стремительное развитие самосознания. Рассмотрим этот процесс в соответствии со структурой самосознания, предложенной В. С. Мухиной. В самосознании выделяются следующие компоненты: имя человека, притязание на социальное признание, социальное пространство личности (ее права и обязанности), психологическое время личности (ее прошлое, настоящее, будущее), половая идентификация. В. С. Мухина отмечает, что нарушения развития одного или нескольких структурных звеньев самосознания могут приводить к появлению агрессивности, тревожности, трудностям в общении, а иногда и к суицидальным попыткам. Рассмотрим специфику каждого из структурных звеньев по отдельности.

Начнем с *отношения к имени*, которое является важнейшим показателем восприятия человеком самого себя в целом. Человек, принимающий свое имя, носящий его с гордостью, как правило, позитивно относится к себе, обладает достаточно устойчивой самооценкой. И это понятно, так как имя является одним из первых слов, которые слышит младенец, оно с любовью и нежностью произносится матерью.

Подростковый период — это время резких изменений как в физическом, так и в эмоциональном облике, что находит свое отражение и в отношении подростков к имени. Часто можно наблюдать экспериментирование с именем, т. е. употребление его в необычном варианте, например Димон, Веркин, или же появление нового подросткового имени: Дрема, Каспер, Амигос и т. п. Такое отношение к имени, с одной стороны, свидетельствует о некотором снижении самооценки, с другой — символизирует появление нового статуса, уже отличного от детского, но еще не ставшего полностью взрослым. Поэтому педагогам и родителям необходимо бережно и тактично относиться к желанию подростка именовать себя по-другому. И в то же время, если подросток позволяет это, можно иногда употреблять детское уменьшитель-

ное имя подростка, поскольку это придает ему устойчивость, усиливает ресурсы для успешного разрешения возникающих перед ним проблем.

Мой сын Артем почему-то стал требовать от нас, чтобы мы звали его Эмилем. Я ничего не понимаю, зачем ему это нужно. Но он сердится и кричит, если мы с бабушкой называем его настоящим именем (Екатерина Алексеевна, мать Эмиля, 14 лет).

Перейдем к обсуждению *притязания на социальное признание* подростков. Если для младших школьников было необходимым признание успехов в учебной деятельности, то для подростков становится важным признание их внешних данных и самого факта взросления.

Следует особенно выделить значимость первого фактора. Действительно, именно *телесное самовосприятие* начинает выступать как одно из оснований самооценки подростков. Удовлетворение или недовольство своей внешностью подросток часто переносит на отношение к себе в целом. С особой остротой встает эта проблема у детей-инвалидов, имеющих реальные внешние дефекты. Многих родителей удивляет, что ребенок, практически не замечавший их ранее, вдруг начинает глубоко переживать по этому поводу и стесняться окружающих.

Однако почти все подростки, и не только инвалиды, в начальный период взросления (V—VI классы) испытывают некоторое недовольство своей внешностью. Это происходит потому, что цельное представление о своей внешности превращается у подростков во фрагментарное, сосредоточенное на отдельных частях тела: ушах, ногах, носе и т.п., которые кажутся им слишком «тонкими» или «толстыми», «большими» или «маленькими», «длинными» или «короткими». Более того, они считают, что все окружающие это замечают. Подростки начинают сравнивать себя со сверстниками, обращая внимание на пропорции тела, состояние кожи, половые признаки. Самоуважение в этот период нередко снижается.

Я себе не очень-то и нравлюсь. У меня вот эти прыщи ужасные, не знаю, что с ними делать. Да и волосы у меня никакие. Да и вообще, ну что об этом говорить, это грустная тема (Лена, 12 лет).

Мой сын очень переживает по поводу своей внешности. Он считает себя ужасно некрасивым из-за того, что у него, по его мнению, слишком длинный нос, хотя, на мой взгляд, с внешностью у него все в порядке (Оксана Юрьевна, мама Олега, 17 лет).

Меня раздражают психологические советы типа: «поверь в себя», «помоги себе сама» и т.д. Да невозможно это. Я себе не нравлюсь. У меня не получается что-то в себе переделать. У меня все не так, как хотелось бы, как надо, как принято. Я толстая, рожей не вышла, ноги кривые, глаза маленькие — в общем, ошибка природы. Я считаю себя полной уродиной и

дурой. Не буду говорить, что и парней нет, и в обозримом будущем они не появятся. К тому же у меня нет друзей. Я плохо схожусь с людьми. Все происходящее в жизни только убеждает меня в том, что я неудачница (Светлана, 14 лет).

Как отмечает Ж. Пиаже, в это время возможно такое явление, которое можно условно назвать «воображаемой аудиторией». Подросткам кажется, что за ними постоянно наблюдают и оценивают: как они говорят, что делают, во что одеты, как накрашены и т.п. Поэтому, например, даже собираясь выносить на улицу мусорное ведро, девочка-подросток одевается практически так, как будто она собирается предстать перед глазами большой компании.

Интересно, что фрагментарное восприятие подростками своего телесного облика влияет и на то, как ими видятся окружающие — они также воспринимаются фрагментарно. Поэтому младшие подростки часто судят о сверстниках или педагогах, основываясь на таком параметре, как внешняя привлекательность, могут преувеличивать те или иные дефекты их лица, фигуры, стиля одежды.

Наша классная вся в прыщах. По-моему, это неприлично в таком виде ходить в школу. Я бы на ее месте их вывела. Да и вообще одевается она уж совсем не очень (Инна, 13 лет).

Нужно иметь в виду, что иногда недовольство своей внешностью у подростков имеет реальную основу. В частности, у подростков часто появляются прыщи, что связано с физиологической перестройкой организма. Но по этому поводу можно сослаться на мнение известного детского психоаналитика Ф. Дольто (1997). Она полагает, что нездоровое состояние кожи подростков выражает их непроговоренное состояние. Так, экзема означает желание перемен, а шелушение кожи или аллергия недостаток любви.

Важно отметить, что нередко неприятие своего тела становится причиной трудностей в общении со сверстниками как своего, так и противоположного пола.

Вы только посмотрите на мой нос. Он огромный!!! Ощущение такое, будто на лице, кроме него, ничего больше нет. А эти узкие, как щелочки, глаза. А эти жуткие кривые зубы — улыбнуться страшно, не то что смеяться. А это дикое количество прыщей на лице и на всем теле. Кошмар! И потом я самая маленькая в классе. Мне все время кажется, что за спиной меня дразнят мелкотой. Поэтому у меня складывается впечатление, что я не такая, как все, что никто не захочет общаться со мной из-за моих недостатков (Вера, 13 лет).

Мой внешний вид! Не могу на себя в зеркало смотреть. Как увижу эти жуткие прыщи, так плакать хочется. Мне даже лишний раз на улицу выходить не хочется. Мне кажется, что все на меня смотрят и смеются. Я даже на уроках отвечать не могу, чтобы лишний раз себя напоказ не выставить. Вы говорите, что они потом пройдут. Что мне потом, если я сейчас себя

уродиной чувствую. Я теперь стараюсь избегать гулять вместе с одноклассниками. Мои подружки удивляются тому, что я редко хожу с ними, но я же не буду объяснять им, в чем причина (Соня, 14 лет).

Затем в процессе взросления фрагментарное представление о себе сливается в целостное. Но у некоторых подростков есть риск сохранения прежнего представления и в более старшем возрасте, что необходимо учитывать педагогам и родителям.

Одной из самых основных моих проблем является несоответствие внешнего вида и того, как бы мне на самом деле хотелось бы выглядеть. Этого мне не хватает, чтобы почувствовать себя уверенной. Это мешает мне раскрыть все свои потенциальные возможности, реализовать свои желания (Гульнара, 17 лет).

Я стесняюсь, что я толстая. Иду и иногда окружающих стесняюсь. Если смотрят на меня, мне кажется, что у меня что-то не так на одежде. У меня и с молодыми людьми поэтому не получается. Мне сначала нравится внешность человека, а потом уже он сам. А я им все рассказываю про себя, что я толстая, в чем-то неправильная, говорю про себя не очень хорошо (Марина, 17 лет).

Сохранение фрагментарного представления о себе во второй половине подросткового периода носит название *дисморфофобии*. Это состояние тяжело переживается подростками. Несоответствие собственного внешнего облика созданным эталонам видится основной причиной тех или иных жизненных неудач. Однако на самом деле подростки путают причину и следствие. Обычно страдают от дисморфофобии подростки, имеющие неуверенную идентичность и как следствие — сниженное в целом самоотношение. И именно последнее вызывает недовольство подростков своей внешностью, заставляет их акцентировать внимание на недостатках, а не на достоинствах. Таким образом, при наличии признаков дисморфофобии родителям и педагогам следует не убеждать подростков в их внешней привлекательности, а выявлять причины снижения самоотношения. В наиболее сложных случаях здесь требуется поддержка психолога.

Притязание на телесное признание столь значимо для подростков, поскольку тесно связано с притязанием на признание собственной сексуальной привлекательности. Подросток глубоко страдает не в случае объективной сексуальной непривлекательности, а при неполучении ее признания со стороны ближайшего окружения, и в этом случае он может пытаться доказывать ее окружающим (и прежде всего самому себе) либо через буйное фантазирование, преувеличение своей сексуальной раскованности и даже доступности, либо через уход в себя и собственные переживания.

Ты знаешь, все ребята на Манежке за мной увиваются. Я, правда, не все ухаживания принимаю, но могла бы. Я уже и поцелуи всех видов осво-



ила. И все прочее умею. Ну ты сама понимаешь, что я имею в виду. Мне главное захотеть, и любой у ног моих валяться будет (Таня, 14 лет).

Мне никто не нужен. Правда, и я тоже с такими тощими ногами в любой компании буду посмешищем. Поэтому предпочитаю общаться с компьютером. Он надо мной не посмеется (Артем, 16 лет).

Следующий параметр признания, значимый для подростков, — это факт *собственного взросления*. Он активно доказывается ими сверстникам, родителям и прежде всего самому себе. По мнению И. С. Кона (2001), важнейшим новообразованием этого возраста является чувство взрослости — это новый уровень притязаний, предвосхищающий новое положение, которого подросток еще не достиг. В этом заключается глубокое противоречие: подросток требует признания того, что на самом деле еще не сформировалось. Но именно поэтому он столь остро реагирует на любое ущемление его взрослой позиции педагогами и родителями: грубит или плачет, поступает вопреки установленным нормам и правилам, вступает в раннюю сексуальную связь или принимает алкоголь. Все средства хороши для подростка, только чтобы отстоять и доказать свою взрослость.

Поскольку взросление собственного ребенка чаще всего происходит для родителей неожиданно, они не готовы к этому, пытаются сохранить прежний контроль и прежние отношения. Таким образом, не достигшие фактической взрослости подростки ее отстаивают, а родители, видящие в них прежних детей, активно этому сопротивляются. Как следствие — возникают конфликтные отношения в семье.

Вера раньше была такой разговорчивой. И вдруг резко изменилась, стала что-то скрывать, обманывать, все ей безразлично стало. Что бы я ей ни сказала, постоянно огрызается, грубит. Мать всегда не права. Что бы я ни посоветовала, все делает наоборот. И порою кажется: все нормально у нас с Верой. Вдруг ни с того ни с сего обидится и уйдет в свою комнату. Может там весь вечер просидеть (Ирина Владимировна, мать Веры, 15 лет).

Да все просто. Родители нас не понимают. Закрывают глаза на все наши желания. Они знают про нас все наперед: куда я пойду учиться, где буду работать, сколько у меня будет детей, с кем мне дружить, с кем нет. Короче, вся жизнь запрограммирована. Очень трудно, порой кажется, что нахожусь в клетке. Хочется куда-нибудь уйти, убежать, исчезнуть. Ну как ей объяснить, что я тоже имею право на свою жизнь, что не нужно контролировать каждый мой шаг. Я, может быть, сама знаю, что для меня лучше (Вера, 15 лет).

Почему подросткам необходимо так яростно утверждать свою взрослость? Именно потому, что чувство взрослости только начало появляться в этот период и еще слишком слабое и неясное для самого подростка. Действительно, ведь если бы оно уже сформировалось, пропала бы потребность его отстаивать. Но это происходит, как правило, только в юношеском возрасте.

И вообще я давно уже вырос. Не надо мне читать нотации. И так все учат, а я сам знаю, что мне делать. Мама сама говорит, что я должен вести себя как мужчина, а потом за это ругает. Сама не знает, что ей от меня надо. Она сюсюкается со мной. Она не хочет понять, что я уже самостоятельный, она меня контролирует. То ей мои друзья не нравятся, то она меня никуда не пускает, то она вдруг решит, что от меня сигаретами пахнет, и начнет трясти мои вещи. Она никогда меня не похвалит, только плохое во мне видит. Еще она таскает меня с собой по гостям, по театрам, по музеям. Мне там интересно. Но только не с ней (Илья, 14 лет).

Дома как обычно. Все напрягают. В смысле чего? Да мать достала. Зудит и зудит. Туда не ходи, с этими не общайся. У нас в школе дискотека, а она не пускает. Говорит, маленькая. Значит, остальные взрослые? Друзей моих постоянно опускает (Настя, 14 лет).

Они не понимают меня. Они хотят, чтобы у меня все было хорошо. А как у меня может быть хорошо, если они меня не понимают и не хотят понять? Они мне вздохнуть спокойно не дают. А я хочу нормальную свободу взрослого человека. Хочу, чтобы я сам решал, что мне надо, а что не надо, что носить, что есть, когда делать уроки и делать ли их вообще (Игорь, 14 лет).

Достали меня предки, не могу больше с ними жить, хочется убежать и их никогда больше не видеть. Они относятся ко мне, как к ребенку. Мне ничего нельзя. Я только что-то должна. А я ничего не имею, ни на что не имею прав, только учиться хорошо. А я хочу гулять до 12, по выходным еще дольше, хочу на дискотеки ходить. Хочу со своим парнем встречаться. Конечно, они его в моей комнате не поселят. Они говорят, что нужно сначала доучиться. Но не могу же я столько в старых девах ходить (Света, 15 лет).

Меня никто не понимает. Мама говорит, что я должна только учиться и не ходить гулять. Она готова вообще запереть меня дома. А у меня только появились друзья. Они хорошие. А родители не верят. А я вообще хорошо учусь. Они говорят, что я уже большая и должна сама задумываться о своем будущем, должна учиться. Да, я большая. Я могу сама многое решать: когда отдыхать и с кем дружить. А родители не доверяют. Я вообще иногда хочу уйти из дома, чтобы доказать им, что я уже большая. Только думаю, что они меня скоро найдут (Нина, 13 лет).

Только и слышу: «Ты уже взрослая», если надо что-нибудь сделать. А если мне что-то захочется, так мне в ответ: «Ты еще маленькая» (Света, 14 лет).

Следует иметь в виду, что резкое неприятие родителями факта взросления своих детей во многом объясняется их прошлой тревогой, связанной с собственным взрослением.

Понятно, что чувство взрослости подростки пытаются утверждать не только в общении с родителями. С ними это просто происходит более остро. Подростки активно отстаивают свою взрослость и во взаимодействии с друзьями. Это может проявляться в их манере одеваться, прическе, но чаще всего в демонстрации сверстникам своих сексуальных контактов. Это характерно для тех подростков, для которых главным признаком взрослости является сексуальная позиция.

Как нам представляется, столь острое переживание отстаивания своей взрослости на самом деле упирается в проблему неустойчивости самоотношения у подростков. Понятно, что она возникла у подростков с ранее (еще в дошкольном возрасте) сформировавшимся сниженным или неустойчивым самоотношением, когда имеется риск его дальнейшего снижения. И одним из защитных механизмов для укрепления самоотношения является отстаивание своей взрослой позиции, хотя на самом деле это дает лишь иллюзию собственной силы и стабильности самоотношения.

Обратимся к рассмотрению специфики *социального пространства личности*, т.е. *прав и обязанностей*.

В отличие от младших школьников, для которых значимым было строгое выполнение обязанностей, во многом служившее им основанием положительной самооценки, подростки в основном ориентированы на активное отстаивание своих прав при пренебрежении к обязанностям.

Мама считает, что я мал и ни на что не имею права. Вот, например, хочет, чтобы я сидел с ней дома и смотрел телевизор. Все во дворе гуляют или куда-нибудь едут, а я должен сидеть дома. Конечно, я тогда начинаю злиться и грубить, но ведь и она на меня кричит. Если ей можно, то почему мне нельзя? Она сама мне пример подает. Может, это ей к психологу надо прийти? (Артем, 14 лет).

Возникает одна из основных проблем, формулируемых подростками, — это отсутствие желаемой свободы. Вокруг этого часто возникает много конфликтов. Попробуем понять причины такого явления.

Первая причина — это деформация развития осознания своих прав и обязанностей в более ранних возрастах. Заметим, что младшие школьники знают намного больше своих обязанностей, чем прав. Более того, они считают эту ситуацию нормальной. К примеру, на вопрос, что имеет право сделать школьник, если учительница на него несправедливо накричала, многие отвечают: «Извиниться, дать дневник, а завтра прийти с родителями». Понятно, что такой перекося в осознании и принятии своих прав в младшем школьном возрасте заставляет подростков добиваться его устранения.

Вторая причина — одностороннее понимание родителями процесса взросления как увеличения числа обязанностей, а подростками — как необходимости предоставления им новых прав. Действительно, многие родители все больше требуют от взрослеющего подростка, т.е. делают акцент на обязанностях, стараясь сохранить права в «детском» варианте. Напротив, многие подростки, заставляя родителей предоставлять им новые права, не спешат принимать на себя дополнительные обязанности.

Хочется потусоваться, а некогда и негде. Ничего нельзя: нельзя в гости ходить, нельзя гулять поздно, зато можно делать уроки, смотреть телек, помогать по дому, ходить по магазинам. Хорошая перспектива! (Дима, 14 лет).

Третья причина — отсутствие в современной культуре, для которой характерна неопределенность ценностей, размытость половых ролей, четко выраженных нормативных требований к обязанностям подростков как будущих взрослых. Здесь можно вспомнить традиционные общества, в которых мальчиков и девочек уже с самого рождения ориентировали на их будущие обязанности.

«Показ мужских и женских работ включали уже в первые обряды, проводимые над детьми публично. Когда мать и дитя впервые показывались из дома, один из мужчин начинал рубить дерево или полоть..., складывать камни в кучу, вскапывать землю..., возвещая таким образом, что этот новорожденный мальчик будет строить террасы, обрабатывать поле. При первом выносе из дома... девочки одна из женщин начинала ткать на ручном станке, прясть или красить нитки, плести корзину, толочь рис, т.е. демонстрировать женские умения» (Этнография детства, 1992, с.130).

Поэтому для устранения конфликтов вокруг прав и обязанностей нужно решить два вопроса: о количественном их соотношении и содержательном наполнении. Для этого сначала нужно проговорить, что человек обычно имеет равное количество прав и обязанностей. Чем взрослее он становится, тем больше обязанностей на него возлагают и тем больше прав он приобретает. Тогда можно договориться об уравнивании количества прав и обязанностей подростка. Труднее решается вопрос о содержании обязанностей, которые придется выполнить подростку. Поскольку сегодня общество слабо влияет на определение их содержания, обсуждать это нужно в каждой конкретной семье, исходя из принимаемого в ней эталона взрослого человека.

У меня нет четких обязанностей: обязательно сделать то-то тогда-то. Но в целом мои права и обязанности равны. Все, что в пределах разумного, мне разрешают. Да и я сама их требования понимаю. Например, если говорят на даче прийти не позднее 11 часов, я прихожу. Понимаю, что родители будут волноваться (Марина, 15 лет).

Интересно, что многие подростки претендуют на те права, которыми еще не умеют в данный момент воспользоваться. Как отмечают многие исследователи, часто подростки далеко не выглядят счастливыми, когда родители в конце концов соглашаются позволить им принимать самостоятельные решения. Они могут начать вести себя еще хуже, чтобы вынудить родителей вернуться к контролю за ними. Таким образом, у подростков наблюдается, с одной стороны, стремление к правам и порой излишне эмоциональное отстаивание их, с другой — страх их использования.

Однако взрослым нужно иметь в виду, что для полноценного развития подросткам действительно необходимо иметь право на свое одушевленное и неодушевленное пространство (свою компанию, свою девушку, свою комнату и т.д.). Причем подростки, как правило, стремятся внешне «пометить» свое пространство: значками, эмблемами на одежде, плакатами на стенах своей комнаты или части ее. И если незаметно, что в квартире живет подросток — отсутствуют его «метки», — то можно предположить, что его права ущемляются родителями.

Особое значение для подростка имеет его комната. Некоторые родители подростков жалуются, что их сын или дочь постоянно держат закрытой дверь в свою комнату, а иногда требуют, чтобы родители стучали, входя к ним. Однако им необходимо понять, что в данном случае комната символизирует его достаточно хрупкий внутренний мир, который он защищает от вторжения.

Мое самое любимое место дома — это моя комната. Там я могу быть сама собой. Я хочу в ней шкаф поперек поставить, чтобы не видно было ничего из коридора (Лариса, 14 лет).

Родители не дают спокойно жить. Дело в том, что я хочу, чтобы моя комната была моей комнатой, а не проходной. А родители этого не понимают: тут я должен убрать, плакаты вешать нельзя, дверь закрывать нельзя — просто ужас (Миша, 13 лет).

У меня нет своей комнаты. Комнату, в которой я живу, приходится делить со своей сестрой. А я хотела бы иметь свое пусть небольшое место, где я могла бы побыть одна (Аня, 16 лет).

В подростковом возрасте меняется также отношение к запретам. Если младший школьник стремился им следовать, то теперь становится значимым именно их нарушение. Это также является следствием формирующегося чувства взрослости. По мнению подростков, следовать запрету или совету родителей — быть маленьким, а нарушать — быть взрослым.

Сколько раз на дню я говорю ей одно и то же: не раскидывай свои сумки в прихожей, не грязни на столе, не забудь убратся в комнате. Но все мои слова остаются не услышанными (Марина Алексеевна, мама Кати, 16 лет).

Но педагогам и родителям нужно иметь в виду, что слишком жесткое настаивание на соблюдении запретов может привести к уходу подростка на улицу или, в самом тяжелом случае, в небытие, т.е. обусловить бродяжничество и суицид. Одним из крайних вариантов является применение подростками насилия в отношении родителей.

Я вообще-то уже много раз не ночевал дома. Первый раз сбежал в VII классе. Но не целую ночь гулял, а часов до 10. Были плохие оценки. Я решил отдохнуть от родителей и пошел погулять. А потом ушел на двое суток. Я думал, что изменится их отношение ко мне — будут волноваться, испугаются за



меня. Потом часто бегал после их слишком больших условий, последний раз после лета. Мама волновалась, написала заявление, и меня поставили на учет в милицию. Ну, а теперь мне уже настолько стало все равно, что и бежать не хочется (Саша, 15 лет).

Сегодня я подошла к нему и четко сказала: «За курение в форточку, вот он на мне ремень, я буду тебя бить». Потому что он кроме битья вообще ничего не понимает. К сожалению, это так. Я понимаю, что это неправильно. Я просто не знаю, что делать. А отец давно придерживается мнения, что кроме битья мальчик ничего не понимает, только через задницу. Ну и что же мне делать?

А как-то у него был момент. Когда мы с мужем «гайки начинали закручивать» после его всяких выкидываний, он говорит: «Ну что мне остается, только выброситься из окна». Я сразу испугалась. Потому что если у ребенка такие мысли возникают... Но все равно я буду его бить и улыбаться, потому что с ним нельзя иначе (Марина Ивановна, мама Саши, 15 лет).

«...Практически в упор сын выстрелил в отца. А когда тот упал, по всем киллерским канонам добил его контрольным выстрелом в голову. Труп сынок, потянув за руки, дотащил до чуланчика и сбросил в подпол. Быстренько затер кровавые следы и спрятался в зале. Через 15 минут пришла мать. Она пошла в кухню готовить еду... Миша прицелился прямо через матовое стекло и снова выстрелил — теперь уже в мать...» (Московский комсомолец, 11 июня 2002 г.).

Понятно, что подростки остро восстают не только против родительских запретов, но и запретов педагогов. Поэтому учителям необходимо научиться общаться с ними без применения так называемой «родительской лексики», основывающейся на активном использовании глаголов повелительного наклонения (сделай, пойдешь, уберешь и т. п.) и глагола «должен» (ты должен сделать). Например, фразу «запишите задание в дневник» разумнее заменить на «давайте запишем задание в дневник» или «вы должны выполнить упражнение» на «а теперь вы можете приступить к выполнению упражнения».

Если бы отец говорил мне: «Саша, давай сделаем это». Или вот на дачу поехали и там не просто «давай помогай разгружать» или «дырки просверли в стене», а «Саш, не мог бы помочь», я бы все делал. Но он всегда: «иди, принеси», а я и не делаю ничего (Саша, 15 лет).

К концу подросткового возраста подростки проходят через этап категорического отстаивания прав. Появляется их критическое осмысление, соотнесение с жизненной реальностью. Меняется отношение и к обязанностям — они становятся в большей степени внутренними, т. е. обязанностями перед самим собой. Уменьшается количество обязанностей, за исполнением которых следят взрослые. Большинство обязанностей выполняется в соответствии со сформировавшимися внутренними нормами и ценностями.

В последнее время возросла ответственность за свои поступки. Я и сам чувствую, что стал более серьезным и исполнительным. Приятно, когда доверяют серьезные взрослые дела (Эльдар, 15 лет).

Хотя, безусловно, часть подростков на неопределенно долгое время «застревает» на этапе отстаивания прав при пренебрежении к обязанностям. И такое «застревание» можно наблюдать не только среди подростков.

Рассмотрим *отношение подростков к прошлому, настоящему, будущему*. В целом этот возраст характеризуется ориентацией на будущее: стремлением скорее вырасти, ожиданием в будущем определенных радостей и свобод. Подросток старается выглядеть старше, престижным становится общение с более старшими сверстниками. Слова: «Ну, ты ведешь себя, как маленькая» воспринимаются как оскорбление.

Однако нужно иметь в виду, что у младших подростков может наблюдаться некоторое осознанное или неосознанное стремление к прошлому, за которым стоит страх взросления, и это нормально. У некоторых наиболее рефлексивных школьников страх взросления может начать проявляться уже во второй половине III класса. Чаще всего подросток не говорит о нем взрослым, и заметить его удастся только школьным психологам, хотя иногда родители замечают, что ребенок вдруг начинает вести себя, как маленький: просит полежать с ним, поласкать его и т. п. Поэтому в качестве примеров приведем протоколы индивидуальных занятий с третьеклассниками.

Лена, 10 лет.

(Даю задание слепить из снега в ванночке волшебную страну. С удовольствием принимается за задание.)

— Как будет называться твоя страна?

— «Страна далекого детства». Я так ее назвала, потому что хотелось бы побольше узнать о ребятах добрых, дружелюбных. Сейчас сделаю ребят. Я люблю маленьких, грудничков. У нас дома есть фильм о нашем детстве с братом. Я, когда смотрю его, прямо рыдаю, скучаю по детству...

— Почему?

— Мне очень нравится, когда за мной ухаживают, когда со мной заботливы.

— А сейчас не ухаживают?

— Иногда.

— А может быть так, что ты боишься взрослеть?

— Да. А страх взрослеть — это хорошо или плохо?

— А ты как думаешь?

— Быть взрослым трудно. Когда вырастешь, все придется делать самой.

— Но ты сейчас страдаешь от того, что тебя заставляют все делать.

— Откуда вы знаете?

— Знаю. Посмотри: быть ребенком — за тобой ухаживают, но ты ничего не решаешь. Взрослые — сами решают.

— Да, вот мама взрослая, а носится туда-сюда. А мне она говорит, что я должна быть на нее похожа.

— Твоя мама достойна уважения, но ты же — не она. Ты будешь жить своей жизнью.

— Все равно мне хочется быть беззаботной.

(Занятие прерывает звонок. Все это время она с большим удовольствием сначала лепила фигурки, потом хаотично красила снег.)

Люся, 10 лет.

(Даю задание нарисовать рисунок на любую тему.)

— Я нарисую лошадь. Это мое любимое животное. У нее есть семья: мама, папа. Она очень любит траву, любит белые ромашечки. Боится волков, всех хищных животных, которые могут ее съесть. Она ласковая, добрая, послушная, никогда не лягается. Она иногда расстраивается из-за родителей.

— Почему?

— Они иногда ругаются. Я не хочу вырасти, потому что не будешь так счастлива, как сейчас. Переменится вся жизнь. У меня появятся проблемы. Первая проблема — мне захочется не отставать от моды. Сейчас понимаю — это плохо. А вырасту — понимать не буду. Мне захочется ночью долго не спать. А это очень плохо. И вообще мне не очень хочется умирать.

Однако если так называемая ностальгия по прошлому присутствует в среднем и старшем подростковом возрасте, т.е. после 11 лет, это свидетельствует о серьезных трудностях развития.

Знаешь, я хочу другой жизни, другую семью. В последние два года я чувствую себя лишней в своей семье. Конечно, я люблю свою сестренку, бабушку, которая меня вырастила. Было время, когда я называла ее мамой. А мама... Я хочу опять быть маленькой... Меня тогда все любили, а сейчас мне кажется, что я одна на свете. Никому не нужна (Элина, 13 лет).

Рассмотрим динамику отношения к будущему в подростковом возрасте. До старшего подросткового возраста сохраняется инфантильное отношение к будущему. Оно воспринимается подростками как проекция желаний настоящего, т.е. подростки представляют свое будущее как полное исполнение желаний настоящего, например «буду много путешествовать, ходить гулять, куда хочу, у меня будет много красивой одежды» и т.п. Можно сказать, что они «видят мир сквозь розовые очки». Поскольку подростки уже активно претендуют на признание собственной взрослости, такое «розовое» будущее может удивлять родителей и других взрослых. Они будут стремиться активно «заземлить» подростков. По-видимому, некоторое «заземление» можно признать разумным, но при условии сохранения бережного и уважительного отношения к подростку. Иначе существует риск снижения его общего самоуважения.

Дочка в одно и то же время и маленькая, и взрослая. Иногда она меня поражает своими наивными, как у ребенка, мыслями о самостоятельной

жизни. Как-то раз, придя из школы, она мне говорит примерно следующее: «Мама, я когда закончу школу, выучусь, буду работать в банке, заработаю кучу денег, буду самостоятельной, независимой, уеду в Америку. Поеду в Голливуд. Может, я звездой стану. Ты будешь тогда мной гордиться. Все будут мне завидовать. Я буду совсем крутой». Я всегда терпимо к этому отношусь, подбадриваю ее. Говорю, что очень горжусь, но пытаюсь немного приблизить к реальности (Любовь Александровна, мама Риты, 13 лет).

Примерно к 14—15 годам у подростков отношение к будущему должно измениться: формируются такие важнейшие новообразования, как психологическая перспектива, внутренняя позиция и способность к целеполаганию. Под *психологической перспективой* обычно понимается способность сознательно мысленно представить себя в будущем. *Внутренняя позиция* — это возможность объективно увидеть свое положение, сопоставить с тем, которое хочется занимать, и простроить ступени между настоящим и будущим, т.е. понять, что необходимо делать сегодня для достижения желаемого завтра. *Способность к целеполаганию* дает возможность не только объективно увидеть свое положение, но и активно действовать для достижения каких-либо целей в своем будущем.

Хочу поступить в юридический. Я в себе уверена. Я хочу доказать родителям, что могу, что и без денег сейчас возможно многого добиться (Надя, 15 лет).

Я прекрасно понимаю, что эти годы — самые важные. Надо учиться сейчас, как следует, сдать хорошо выпускные и вступительные экзамены. Сейчас я почти не гуляю, только на дискотеку хожу по субботам. Думаю только о поступлении. Хочу, как и сестра, жить в Москве. Учиться там, деньги зарабатывать, гулять там. Ходить в кино, театры, по выходным домой приезжать, наверное, даже скучать по родителям хочу! (Елизавета, 16 лет).

Сейчас всем все больше интересно гулять да ничего не делать. Вот у нас в поселке в 14 лет уже детей рожают. Еле-еле 9 классов закончат и все. И живут с алкашами. А я так не хочу. Я хочу, чтобы было, за что себя уважать (Надя, 15 лет).

Однако у части подростков сохраняется инфантильное отношение к будущему. Они по-прежнему ждут исполнения желаний без приложения каких-либо собственных усилий. Ими не простраиваются ступеньки между настоящим и будущим, т.е. в настоящем не предпринимаются какие-либо действия, направленные на достижение желаемых целей.

Когда мне исполнится 18 лет, в моей жизни все изменится. Пойду сдавать на права, работать пойду, деньги свои появятся. Вот это я понимаю жизнь: никто не контролирует и не следит за тобой, сам принимаешь решения, не то, что сейчас.

Что собираюсь делать после школы? Еще не думал. Потом придумаю. Зачем торопиться? Мои друзья тоже не определились. Что я, самый умный, что ли? Даже Сашка — мой лучший друг — не знает. А я ведь во всем стараюсь походить на него (Семен, 15 лет).

В будущем поступлю в медицинский институт, стану косметологом. Буду красиво одеваться, иметь много денег, ездить на дискотеки, куплю машину (Наташа, 14 лет).

Представляешь, я учусь в XI классе и никак не могу выбрать профессию, которой можно было бы посвятить свою жизнь. Вообще я хотела бы стать бизнес-леди. Вот это мне по душе. О, я решила, я поступлю в МГИМО, у меня будет свой бизнес. Можно будет выйти замуж за дипломата. Все. Моя проблема решена. Я так и сделаю, пойду учиться в МГИМО на экономический факультет. Хотя я не люблю экономику. А еще придется математику учить, это трудно. Лучше я стану Агатой Кристи XXI века. Буду писать детективы. Знаешь, я сейчас представила себя за компьютером, как я пишу очередной свой бестселлер. И мне стало очень спокойно. Наверно, это то, чему стоило бы посвятить жизнь (Соня, 16 лет).

Я не знаю, чем бы хотела заниматься всю жизнь. У меня нет любимого занятия. Все нравится в равной степени. Знаю, что сейчас все силы надо отдать на учебу, но у меня нет цели, к которой надо стремиться. Когда была маленькой, хотела стать врачом, как мама. Вспомнить смешно, да, детские мечты (Алиса, 14 лет).

Как я учусь? Нормально. Я исправляюсь. Раньше одни тройки были. Но это не главное. Главное — это толпа. Клевые пацаны. Никогда тебя не подведут. На тусовках мы пиво пьем, общаемся, рэп слушаем. У нас, в отличие от некоторых, это мирно проходит. А еще у меня есть Танечка. Предложу ей свадьбу сыграть, когда нам будет по 18 лет. Кем я стану после школы? Я буду бизнесменом. У меня будет много денег, машина, квартира и все такое (Алеша, 14 лет).

Нередко инфантильное отношение к будущему сопровождается наличием проблемы структурирования времени в настоящем, т.е. настоящее не бережется, заполняется различными формами времяпрепровождения.

У меня нет особых интересов и увлечений. В свободное время пью пиво с пацанами, да к девчонкам хожу. А чем еще заняться? Не уроки же делать (Никита, 16 лет).

Вероятнее всего, инфантильное отношение к будущему дополняется демонстрацией подростками внешних признаков взрослости: наличием ранних сексуальных контактов, употреблением алкоголя и в то же время внутренней социальной незрелостью, т.е. трудностью или невозможностью решения вопроса о социальном самоопределении. Потребность в самоопределении является важнейшим личностным новообразованием старшего школьного возраста. Она включает в себя потребность в формировании определенной смысловой системы, в которой слиты представления о мире и о себе самом, и подразумевает нахождение ответа на вопрос о смысле собственного существования. Можно предположить, что именно потребность в самоопределении, возникшая к концу подросткового периода, является отправной точкой решения вопроса о реальном самоопределении в последующий жизненный период.



Помимо внешних признаков взрослости и социальной незрелости у подростков часто проявляется «феномен лжевзрослости», т. е. вхождение подростков во взрослую жизнь односторонне, на уровне освоения узкой сферы социально-экономических отношений, что реформирует и обедняет потребность быть взрослым.

Однако, как уже говорилось ранее, в последнее десятилетие возник такой феномен, как страх будущего, который сегодня достаточно распространен не только среди младших, но и среди старших подростков: будущее видится им слишком неопределенным, неконтролируемым.

Да, школа — это экстрим. Мне кажется, что, когда я закончу школу, моя жизнь станет серой. Я имею в виду то, что уже не будет тех друзей и тех приколов, которые раньше были со мной. Меня пугает, что все старое пропадет и появится все новое, что я уже не буду вставать в половине восьмого и не буду делать уроки. А вообще мой лучший друг на днях сказал одну классную и правильную фразу: «Жизнь — полное дерьмо» (Костя, 14 лет).

В моем возрасте мне больше всего нравится, что голова не забивается всякими взрослыми вопросами. Это все, что связано с семьей, работой. Взрослым необходимо принимать решения самостоятельно. А я этого не люблю и думаю, что к этому не готова. Мне нравится отсутствие ответственности (Надя, 14 лет).

Я боюсь не войти в эту жизнь. Если с учебой у меня неудачно сложится, то я потом не найду нормальную работу, буду мало зарабатывать, буду где-нибудь там ходить по многим другим работам. И я считаю, что если я не буду обеспеченным, то не смогу обеспечить семью. У нас будут плохие отношения. Вот этого я и боюсь (Гриша, 14 лет).

Мне хочется вернуться года на два назад. Все было так хорошо и спокойно. Родители к тебе не придираются, никто ничего не требует. Никаких проблем. А теперь я даже не знаю, чего я хочу в жизни. В этом плане, наверное, лучше быть маленькой, когда не надо самой что-либо решать, за тебя это сделают родители (Света, 14 лет).

Многие подростки полагают, что избавиться от страха будущего и добиться ощущения защищенности можно через приобретение повышенного благосостояния. Часто это идет от сетований родителей на то, что «у нас все только за деньги», «без денег и лечить тебя никто не будет» и т. п.

Я не хочу работать за гроши, как это делает моя мать и делала бабушка. Не знаю, кем стать в этой жизни: разве только крутым бизнесменом или бандитом — они тоже хорошо получают (Алексей, 16 лет).

Подростки, как и их родители, не понимают, что ощущение защищенности не обеспечивается высоким материальным статусом. Напротив, многие люди, занимающиеся бизнесом, отмечают наличие огромного количества разных стрессов в своей жизни. Здесь мы опять возвращаемся к необходимости достижения родителями подростков интегрированного состояния, возможности творческой

реализации. Тогда, ориентируясь на пример родителей, подросток будет стремиться к получению в первую очередь интересной ему профессии, а отнюдь не престижной или материально обеспеченной. И так же, как и родители, будет видеть в окружающем больше светлого и радостного, чем темного и устрашающего.

Перейдем к обсуждению **половой идентификации** подростков. Обычно в половой идентификации выделяют две линии, взаимосвязанные между собой: развитие половой роли и половой идентичности. Половую роль следует понимать как поведенческие характеристики человека, обусловленные принадлежностью к определенному полу. Половую идентичность можно рассматривать как представление о себе с точки зрения своего сексуального поведения, сексуальной позиции. Рассмотрим каждую линию развития в отдельности.

Первичные половые роли начинают развиваться еще в дошкольном детстве, когда взрослые предъявляют ребенку требования проявлять поведение, соответствующее его полу. Понятно, что эти требования основываются на представлениях о желательном для определенного пола поведении. Например, многие родители требуют от мальчиков не плакать, не бояться, от девочек — проявлять особую чистоплотность и т. п. В младшем школьном возрасте процесс освоения половых ролей активизируется в основном за счет присвоения детьми ролей родителей своего пола. Можно сказать, что основным источником развития репертуара половых ролей в это время становится семья.

Однако важнейшим этапом развития половых ролей является подростковый возраст, когда они начинают связываться с ценностными ориентациями, интересами, наклонностями, становятся значимыми в процессе профессионального самоопределения.

Кроме того, в этот период подростки начинают осознавать как собственные половые роли, так и идеальные роли, к которым хотелось бы стремиться. Можно сказать, что у них формируются эталоны женственности и мужественности, определяющие сознательное стремление подростков к их достижению. Сравнивая себя с имеющимися у них эталонами, подростки определяют степень своего соответствия, т. е. оценивают, насколько полноценно в них воплощены черты мужественности или женственности. Это во многом влияет на общее самоотношение.

Эталоны также влияют на выбор конкретных образцов полового поведения, служащих источником подражания. Ориентируясь на них, подросток строит свою модель ролевого поведения. В связи с этим повышается сензитивность к так называемым гендерным технологиям — способам, механизмам, каналам формирования половых ролей. Понятно, что гендер как технология присутствует во всех областях жизни человека: в языке, образовании, воспитании, искусстве, моде, СМИ. В особенности восприимчивы подро-

стки к транслируемым через СМИ общественным стереотипам мужественности и женственности. Однако современная российская массовая культура является во многом противоречивой. «Настоящий мужчина» предстает в большинстве фильмов, рекламных роликах личностью физически сильной, сексуально привлекательной, творческой, профессиональной. В то же время в СМИ часто обсуждается неполноценность российских мужчин, их сниженная стрессоустойчивость и жизнеспособность. А «настоящая женщина» также представлена дуально: либо как «секс-звезда», либо как «бизнес-леди». Таким образом, во многом благодаря СМИ процесс поиска половых эталонов у подростков может существенно затрудняться. Понятно, что на выбор эталонов влияют не только СМИ, но и существующие в обществе стереотипы мужественности, женственности, а также значимые взрослые и сверстники.

Однако представления о мужественности и женственности, сформировавшиеся только на основе некритичного впитывания эталонов, транслируемых СМИ и присутствующих в общественных стереотипах, могут существенно осложнить развитие подростка. В качестве примера можно вспомнить достаточно распространенный стереотип об эмоциональности женщин и рациональности мужчин. Усвоив такой стереотип, мальчики могут испытывать большие трудности. Так, у них может наблюдаться склонность к игнорированию собственных чувств, т.е. они не всегда умеют определить и описать собственные переживания. Кроме того, они нередко вынуждены скрывать свои чувства, не допускать их внешнего проявления, не давать себе возможности эмоциональной разрядки. Все это затрудняет проживание ими любой трудной ситуации, в том числе прохождение нормативных возрастных кризисов.

Еще один стереотип — «сильный мужчина» и «слабая женщина» — оказывает негативное воздействие в отношении обоих полов. У мальчиков не формируется понимание того, что истинная сила — это внутренняя, а не внешняя сила, и что она неотделима от слабости, т.е. действительно сильный человек может внешне не демонстрировать силу и позволить себе в некоторых ситуациях выглядеть и действительно быть слабым. В результате этого непонимания многие подростки формируют у себя так называемую «маску силы», демонстрируя сверхуверенное поведение различными способами — через грубость, драки и т.п. Тем самым они прячут от окружающих и самих себя свое слабое «Я».

У девочек существующий общественный стереотип феминности может сформировать своеобразную иждивенческую позицию, в которой они будут стараться переложить ответственность за свою жизнь на мужчину. По выражению Э. Бёрна, у девочки формируется сценарий «Если бы не он...», т.е. во всех жизненных бедах женщины ответственным оказывается мужчина.

Таким образом, можно заключить, что подростковый период является важным этапом формирования половых ролей. Здесь очень важно, чтобы подросток избежал некритичного усвоения противоречивых эталонов женственности и мужественности, существующих в обществе.

Далее обратимся к проблеме формирования половой идентичности — одной из важнейших линий развития подростков.

Сложность этой проблемы обусловлена тем, что ее можно рассматривать только в широком культурно-историческом контексте и в долгосрочной перспективе (И.С.Кон). Имеется в виду, что подростковая сексуальность является элементом сексуальной культуры общества, которая за последнее столетие претерпела существенные изменения. Но особенно ускорились и усилились изменения в половом поведении во второй половине XX века. Рассмотрим основные сдвиги в сексуальной культуре общества, влияющие на формирование половой идентичности подростков.

Прежде всего это изменение социальной функции семьи: снижение значимости ее социально-экономической функции и повышение эмоционально-психологической, т.е. сексуальная удовлетворенность признается одним из главных факторов успешности брака и его прочности. Следствием этого является отделение сексуального поведения от репродуктивного. Может быть, поэтому оно постепенно отделяется и от брачного поведения. Становятся возможными так называемые свободные отношения, в которых длительные сексуальные контакты осуществляются без заключения официальных брачных отношений. Понятно, что свободные отношения можно устанавливать в более раннем возрасте, чем браки, поскольку они не требуют экономической самостоятельности. И действительно, сегодня наблюдается более раннее начало сексуальной жизни, чем 10—20 лет назад. Таким образом, половая идентичность многих современных подростков представлена зрелыми формами сексуального поведения при недостаточно созревшем сознании.

Следующее важнейшее изменение — это сужение сферы запретного в культуре и рост общественного интереса к эротике. Появляются многочисленные издания, в частности и для подростков, отражающие сексуальную тематику. Информированность общества в сексуальных вопросах резко возрастает.

Следствием этих изменений можно назвать достаточно противоречивую позицию взрослых по отношению к подростковой сексуальности: повышение терпимости к ней со стороны общества, с одной стороны, и увеличение разрыва в сексуальных установках, ценностях и поведении между детьми и родителями, т.е. внутри семьи, — с другой.

Соответственно подростки, обладающие обширными сексуальными знаниями и фактическим разрешением со стороны обще-

ства на их применение, сталкиваются с запретительной позицией близких взрослых.

Она уже обращает внимание на мальчиков. А мне бы хотелось, чтобы у нее были совсем другие увлечения: ходила бы на какой-нибудь кружок, рисовала, шила (Инна Георгиевна, мама Полины, 14 лет).

Таким образом, социально-культурные факторы могут существенно влиять на развитие половой идентичности подростков.

Помимо противоречивого социально-культурного влияния осложнить развитие половой идентичности может чрезвычайно высокая интенсивность полового влечения, так называемая юношеская гиперсексуальность. Она часто приводит к некоторым формам сексуального поведения, ранее неизвестным подросткам. Это гомосексуальные действия, мастурбация и др. Часто подростки не имеют возможности обсудить происходящие в них изменения со взрослыми или же слышат от них только устрашающую и запретительную информацию о том, что все это стыдно, вредно и т.п. От сверстников они также нередко получают неверные сведения. Возникает возможность формирования у подростка острого чувства своей сексуальной неполноценности, которое вызывает различные защитные формы поведения: от полного избегания близости с противоположным полом до излишней грубости или неразборчивости в контактах.

Когда мне было 12 лет, в Новый год меня положили спать с подругой. Я нечаянно прикоснулась к ней и вдруг... Мне теперь до сих пор стыдно. А вдруг у меня теперь с мальчиками не получится? (Саша, 15 лет).

Я живу в поселке и до сих пор сплю с братом. У нас на двоих широкий диван. Три года назад я потянулся к нему. А он грубо насмеялся надо мной. Мы до сих пор не разговариваем (Марко, 16 лет).

Очень беспокоит произвольная эрекция. Боюсь опозориться. Боюсь, когда занимаюсь онанизмом, что потом будут большие проблемы с потенцией. И вообще я облысею... так друзья говорят (Денис, 14 лет).

Поэтому очень важно, чтобы подростки имели необходимый объем знаний в области сексуальных отношений, но не превышающий при этом их уровня развития. А окружающие их взрослые должны бережно и с уважением относиться к возникающим у подростков сексуальным проблемам, поскольку они могут послужить не только истоками серьезных нарушений сексуального поведения впоследствии, но и глубоких личностных проблем, а в особо сложных ситуациях и асоциального поведения.

Дима всегда чувствовал себя каким-то слабым, никчемным. Учился кое-как. Особых друзей у него не было. Поэтому-то он и стал ловить девчонок и делать с ними все это... Чтобы почувствовать себя крутым (Антон, 16 лет).

Теперь рассмотрим, как влияют на сексуальное поведение подростка его внутренние индивидуально-личностные характеристики.



Так, затянувшиеся поиски идентичности подростка могут в некоторых ситуациях привести его к включению в более зрелые, чем это соответствует его возрасту, формы сексуального поведения. Здесь необходимо учитывать растянутость во времени подросткового периода, отсутствие установленных обществом «меток» перехода во взрослое состояние, имеющих функции инициации. Поэтому довольно часто подросток рассматривает начало сексуальной активности как своеобразное посвящение во взрослость и стремится к нему, следуя не сексуальным импульсам, а стремлению быть «как все» или же «круче всех». При этом нередко выбирается партнер — носитель привлекательных для подростка личностных качеств. Если к этому добавляется резкое отторжение подростками родительских моделей поведения, то возможно стремление к партнерам с полностью противоположными родителям характеристиками.

Мне всегда нравятся парни, которые находятся в центре внимания. Может быть, это потому, что я сама хочу быть лидером, но у меня не получается (Света, 16 лет).

Мне не нравится, что моя мать только работает, но совсем не умеет одеваться, краситься и вообще подать себя. Вот моя Танька — та полчаса перед зеркалом будет стоять перед тем, как на улицу выйти. Зато я рядом с ней себя королем чувствую (Миша, 16 лет).

Подростки с неуверенной идентичностью, имеющие сниженную самооценку, общую неуверенность в себе, могут обратиться к тем формам полового поведения, которые обеспечат получение ими признания сверстников, подтвердят их мужественность или женственность. Как правило, это открытое демонстрирование сексуального поведения (например, поцелуи в общественных местах), частая смена партнеров, обращение к более зрелым формам полового поведения. Подросткам с сильно выраженной неуверенностью для подтверждения собственной значимости иногда хватает только наличия сексуальных контактов без внешней демонстрации.

Моя первая любовь очень неудачная. Я вынесла только одно — никогда не следует воспринимать любовь слишком серьезно. Заикливание вызывает только травмы. Мое поведение тогда было глупым и нелепым. Мальчик был сам очень худым, некрасивым, тихим и воспитанным. Объект был выбран потому, что казался доступным. И еще он высказал интерес в мою сторону. Для меня его взаимность была большим открытием. Но зато я поняла, что меня тоже можно любить, даже такую (Лена, 15 лет).

Некоторые подростки с сильной неуверенностью могут избегать полового поведения из-за страха потерпеть неудачу.

Мне трудно общаться с мальчиками. Я все время чувствую себя неудобно. Думаю о своем внешнем виде. А главное, мне кажется, что я все время

говорю глупости. Хочу научиться нормально говорить. Мне все время кажется, что шутки у меня плоские. Конечно, я мечтаю о любви. Главное, чтобы я кому-то нравилась, меня любили. А насчет себя я не думала (Марьяна, 16 лет).

Отсутствие желаемых половых контактов у подростка может привести к конфликтам в семье, внешне никак не связываемых родителями с их действительной причиной.

Я никому не нравлюсь. И знаете, почему? Потому что я плохо одета. Как они могут на меня обратить внимание, когда все в классе одеваются за границей или в модных магазинах. Как они могут меня заметить по сравнению с одноклассницами, если я выгляжу просто убого. И поэтому я все время сижу дома, когда мои подруги встречаются с молодыми людьми. Поэтому я злюсь на всех дома. Очень часто на сестру накидываюсь (Ира, 15 лет).

Таким образом, можно увидеть, что нередко сексуальное поведение у подростков становится средством удовлетворения не-сексуальных потребностей.

При обсуждении сложностей в процессе развития половой идентичности необходимо определить линию, а точнее, выделить этапы нормального развития.

Первый этап, характерный для младшего подросткового возраста (10—11 лет), можно назвать этапом воображения, поскольку основной формой полового поведения являются сексуальные фантазии. Они, как правило, носят нереальный характер и не соответствуют действительным возрастным возможностям и потребностям подростков (например, они придумывают в различных вариантах сцены полового акта, хотя влечение к таким действиям у них еще отсутствует). При этом некоторые из подростков не только эмоционально проживают свои фантазии, но и рассказывают о них сверстникам, выдавая за реально существующие. Поэтому случайно услышанные родителями разговоры подростков о своих фантазиях могут привести к конфликтам, ошибочному приписыванию подросткам сексуальной распущенности.

Ты знаешь, что мне Юлька рассказала? Она как-то пошла гулять и решила полежать на траве. Нечаянно уснула, а во сне ею овладел кто-то. Проснулась, а она уже не девушка (Валя, 10 лет).

Второй этап можно назвать этапом дружбы. Становятся возможными первые гетеросексуальные действия, вызванные появлением влюбленности, суть которых заключается в предложении друг другу дружбы. Что будет происходить после согласия дружить, мальчики и девочки еще плохо представляют. Героями дружбы, как правило, становятся так называемые коллективные кумиры, т.е. девочка, которая нравится многим мальчикам, или наоборот.

Мне очень нравится Саня. Он всем девчонкам во дворе нравится. Не знаю, что делать. Девчонки сказали, чтобы я предложила ему дружить.

Я так и сделала. А он обещал подумать. Как ты думаешь, он согласится? (Лена, 11 лет).

...Дело в том, что в нашу школу пришел новенький. Он в IX классе, высокий, умный, смешной, кареглазый и хорошо играющий в футбол. Если б вы знали, сколько проблем у меня сразу появилось. Весь мой день проходит так: встаю, делаю хорошую прическу, одеваюсь просто, но стильно, и думаю, продумываю, как мне обратить его внимание на себя. Я не знаю, как привлечь его внимание. Вы знаете, что у нас в школе диско только с VII класса, а я в VI. Но я найду выход. Как вы думаете, мне пригласить его на танец? И вообще как можно больше постарайтесь дать советов на счет упрочения наших связей. Это пока единственный вопрос, который меня волнует (Арина, 11 лет).

Третьим этапом можно назвать этап экспериментов, когда основным мотивом полового поведения является стремление познакомиться с его различными формами, узнать, что это такое. Имеющийся богатый опыт служит предметом хвастовства друг перед другом.

Они говорят, что я задаюсь, возвышаюсь над ними, хочу, чтобы смотрели на меня. Да, я крашусь ярко. С мальчиками общаюсь, с мужиками. У меня всяких знакомых много. Недавно тут в школу за мной приехали на джипе. Все смотрели, а мне нравится, что они пялились на меня (Вика, 13 лет).

А подросток, не имеющий его, может чувствовать себя в чем-то неполноценным, опоздавшим.

Мне как-то неудобно, что все уже... А я еще не попробовал. Чувствую себя почти что ущербным. Может, они тоже не все попробовали, а врут? Но мне от этого не легче (Артем, 15 лет).

Понятно, что становятся возможными различного рода конкурентные отношения за право «обладания» престижным половым партнером. Этот этап можно считать своеобразной сексуальной школой подростков. Интересно, что многие из них сами интуитивно рассматривают сексуальное поведение так же. Например, поцелуи обсуждаются в терминах обучения: «ты плохо умеешь целоваться, знаешь мало видов поцелуев. Тебе надо учиться целоваться» и т. п.

Я все время одна. Скучно, депрессия, скучные, грустные мысли. Все себя с подругой сравниваю — у нее есть парень. Я не понимаю, что во мне не так, как в ней. Я думаю, что это не только из-за внешности. Может, манера общения? Она с ребятами всегда может найти контакт, умеет себя вести, посмеяться, пошутить. Я же более закомплексованная. Она сама может проявить инициативу, если парень нравится. А я сижу и жду, пока ко мне подойдут. Боюсь, что отошлют, стесняюсь. В результате остаюсь в стороне. Обидно (Лена, 16 лет).

Конфликт, существующий во мне, — это что Мурка активно общается к Серому. Кто такой Серый? Это романтическое увлечение двух послед-

них лет. А Мурка? Про Мурку давай ни слова, а то она меня и так бесит. Почему? Потому что крутится вокруг Серого. Она умеет играть на гитаре. Знает нотную грамоту и у нее постоянно свободная флэт. Основная проблема — я хочу ее отвадить, и поэтому мы на ножах. Не замечаем друг друга, пока одна из нас беседует с Серым. Удивительно, ведь это не должно меня волновать, я это знаю. Я за этим козлом ухлестываю уже столько времени. Реакции ноль. Все нормальные люди давно бы уже плюнули (Настя, 16 лет).

Таким образом, главной потребностью подростков на этом этапе можно назвать возможность привлечения внимания лиц противоположного пола: как они сами говорят, «хочется, чтобы на меня обращали внимание».

Я же все-таки тоже девчонка, такой же возраст. У меня друзей, подруг много. А вот чтобы обращали внимание...Такого нет. Вот и возникают проблемы (Маша, 16 лет).

И только на последнем четвертом этапе становится возможным сексуальное поведение, основывающееся на сексуальном влечении. Те же поцелуи «просто так» становятся невозможными, а только с тем партнером, который действительно нравится. Именно в это время происходит формирование половой идентичности подростка, т.е. определяется основная структура его индивидуального полового поведения. Здесь так же, как и ранее, возможна смена сексуальных партнеров, но уже с опорой на появившиеся к ним, а затем исчезнувшие чувства. При внимательном анализе поведения подростка в нескольких сексуальных ситуациях, т.е. «романах», иногда можно выявить некий сценарий его сексуального поведения.

Странно, у меня со всеми парнями получается одинаково. Сначала я влюбляюсь так, что не могу без него, кажется, жить. Потом я как-нибудь делаю так, чтобы он на меня внимание обратил, например через подруг передам, что он мне нравится. Потом у нас любовь такая страстная, но дня два или три, потому что на третий раз он мне надоедает. Может быть, со мной что-то не все в порядке? (Галя, 16 лет).

В это время можно впервые увидеть те или иные нарушения в половой идентичности подростка, например выбор поведения по образцу противоположного пола. Наиболее вероятные причины такого выбора — нарушения в ролевой структуре семьи.

У меня есть старший брат Ромка. Он мягче меня. Я привыкла о нем заботиться, хотя он и старший. Так вот, я ко всем молодым людям отношусь как к братьям. По идее я должна бы заигрывать с ними, а я готова все сделать для них, куда-то сходить. Получается, что у меня есть потребность ухаживать за ними, найти какую-то черту, ситуацию, в которой я хотела бы помочь, обогреть и пожалеть. Я чувствую, что не я их сильнее, а они меня слабее. Мне трудно вести себя по-другому. Но это не так, как надо в отношениях между мужчиной и женщиной.

Какие у меня отношения с отцом? Хорошие. Ведь вообще-то мужчины — слабый пол. Для них любой насморк — это смертельный грипп. Папа когда лежит с насморком на кровати, то делает вид, что ему так плохо, плохо (Эльвира, 17 лет).

Ранее говорилось о возможной трансляции подростками семейных сценариев родителей. Как частный вариант этого — трансляция сексуального сценария родителя своего пола: девушка или юноша осознанно или неосознанно повторяют принципы сексуального поведения, присущие родителям. При этом открытое отвержение родительского образца, своего рода «антиповедение», на самом деле приведет только к различию форм поведения, но не обеспечит сущностных изменений.

В своих проблемах она винит мужчин. Может, она их ненавидит, потому что зависит от них. Она говорит: «Все мужчины — кобели». Даже когда старшая сестра ходила беременная, мама сказала: «Чтобы была девочка. Мальчики нам не нужны». У нас даже собаки и то девочки. Я не хочу, чтобы это отношение перешло на меня (Оля, 17 лет).

В этот период, как правило, уже пропадает стремление к интимной близости как обязательному компоненту межполовых отношений. Подросток, с одной стороны, понимает его ценность и не желает «размениваться» на случайного партнера, с другой — появляется некоторый естественный страх, заставляющий подростка удерживаться от необдуманных поступков.

Лет до 16 я этого делать точно не собираюсь. Я иногда общаюсь с девочками, которые уже спали с парнями лет в 13. Ну и у меня к ним такое пренебрежительное отношение. Они говорят мне, когда я им рассказываю, что я встречаюсь с парнем, что я должна переспать с ним. Но я к этому отношусь не очень. Вообще я должна очень доверять этому человеку. Знать, что он ничего такого не сделает. Да я и боюсь немного. Ну даже если я это сделаю, а дальше-то — что изменится? Со своим парнем я говорила об этом. Он меня понимает. Но мы, конечно, целуемся. Но чтобы так, нет (Алина, 14 лет).

Наши все только и твердят: секс, секс. А для меня в слове «секс» есть что-то животное. Мне претит спать с той, которая хочет твоё тело и которой плевать на твоё чувство. Я хочу разделить радость любви с девушкой, к которой испытываю настоящие чувства (Игорь, 16 лет).

Однако возможна ситуация, когда подростка сильно беспокоит его девственность. В особенности это характерно для мальчиков, для которых раннее начало половой жизни во многом связывается с позицией лидера.

Да, я — девственник. Но не хочу распространяться об этом среди друзей. Ведь в их глазах я — «половой гигант», и на моем счету много побед. Поэтому и стесняюсь общаться с девчонками в компании, так как эта проблема может всплыть. А мама запугивает венерическими заболеваниями, а я-то даже не пробовал (Дима, 16 лет).



Встает вопрос, насколько переход от этапа к этапу определяется календарным возрастом подростка? Безусловно, между ними есть определенная корреляция, но не всегда. Получив полноценный и позитивный опыт на одной стадии, подросток переходит к другой. Но в силу каких-либо внутренних или внешних трудностей возможно и застревание его на той или иной стадии на неопределенно долгое время.

В свете сказанного нельзя не коснуться *представлений* современных подростков *о любви*. Традиционно считается, что для них особую значимость имеют сексуальные аспекты любви, широко освещаемые в средствах массовой информации, и в этом они отличаются от подростков доперестроечного периода. Однако, несмотря на действительную активность СМИ в этом вопросе, это не так. Исследование представлений о любви старших подростков, проведенное среди московских школьников, показало следующее: оказывается, в подростковом возрасте наблюдается довольно широкий спектр представлений о любви.

Любовь может рассматриваться подростками как переживание, сопровождающееся различными эмоциями и чувствами. В большинстве случаев феномен любви ассоциируется у них с положительными эмоциями, однако возможно появление амбивалентных переживаний, что может быть связано с особенностями подросткового возраста. Отождествление чувства любви с негативными эмоциями практически отсутствует.

Любовь для современных подростков может выступать как действенное отношение к другому и связываться с такими понятиями, как понимание, уважение, самопожертвование. Большое значение подростки придают эмоциональным отношениям (привязанность, доверие).

Феномен любви может ассоциироваться и с определенным поведением (ухаживание, дружба, сексуальные отношения). Причем любовь большинством современных подростков не рассматривается как исключительно сексуальные отношения, хотя их наличие допускается.

Проведенное исследование также показало, что уже в подростковом возрасте прослеживается тенденция к формированию своеобразных личностно-значимых представлений: любовь соотносится со смыслом жизни, рассматривается как преобразующая сила. Однако в основном представления о любви носят стереотипный характер, заимствованный из традиционной культуры.

Можно заключить, что представления о любви у современных подростков соответствуют канону романтической любви, принятому в обществе, и так называемая сексуализация любви является одним из распространенных мифов.

Для меня любовь означает не только чувства, но и действие. Ну, в это входит не только секс. Например, подарить цветы своей любимой или сво-

дить ее в кино. Главное, чтобы ей это было по душе. Но главное, чтобы она не изменяла своему любимому (Слава, 14 лет).

Мне нравится один мальчик из класса. И я ему нравлюсь. Он мне каждый день звонит. Он очень хороший и добрый. Я один раз заболела и не ходила в школу три дня. А он из-за меня школу прогулял и пришел ко мне в гости. Шоколадку подарил, говорил, чтобы я быстрее выздоровела (Марина, 13 лет).

Мечтаю о большой любви... и взаимной... Мы качаемся на качелях под луной по ночам, гуляем и говорим о высоком! (Инна, 15 лет).

Однако если подростки придерживаются романтического представления о любви, то встает вопрос, почему в поведении у них в основном проявляется восприятие любви как секса? Они говорят преимущественно о ее сексуальных аспектах, стремятся подчеркнуть свою сексуальную раскованность, рассказывают о несуществующих сексуальных похождениях. Оказывается, подростки полагают, что в своем восприятии любви они уникальны, а все окружающие их сверстники имеют чисто сексуальные представления о ней. Поэтому открытая демонстрация своей сексуальности, с одной стороны, позволяет подросткам быть, как все, и соответственно примкнуть к группе, а с другой — является попыткой самоутверждения среди сверстников через признание ими своей особой сексуальной «продвинутой». Например, скромная и романтическая девушка постоянно рассказывает о частой смене партнеров, глубокой интимности контактов и своей очевидной возможности заполучить всех парней. Таким образом, за преувеличенно бурной демонстрацией сексуальности часто прячется глубокая внутренняя неуверенность.

Необходимо также особо коснуться вопроса о влиянии романтического представления о любви на возможные трудности построения сексуальных отношений. Довольно часто подросток видит перед собой не реального партнера, а собирательный образ некоторого идеального «Другого», собирательный портрет, почерпнутый из фильмов и художественной литературы. Понятно, что первоначальные отношения характеризуются восторженностью, но вскоре наступает этап разочарования, когда выясняется отличие партнера от идеального образа. В этом случае слишком быстрое разворачивание и углубление межполовых связей может привести к травматизации подростка и переносу негативных чувств в последующие варианты межполового общения.

Рассматривая половую идентификацию, необходимо коснуться вопроса о влиянии темпов полового созревания на развитие личности подростка. Они оказывают огромное влияние на самооценку, социальную адаптированность и даже будущую жизненную успешность.

На развитии девочек может негативно сказаться слишком раннее созревание, когда половые признаки начинают явно прояв-

ляться уже в V—VI классах. Некоторые девочки начинают стесняться своей изменившейся внешности, скрывать ее от окружающих (например, носить свободную одежду), сутулиться. При этом самооценка существенно снижается. Девочки с поздним развитием чаще чувствуют себя более комфортно, тем более что подростковая мода «унисекс» позволяет им избрать соответствующую одежду.

Ужас что со мной происходит. Грудь уже всем видна: Все нормальные, одна я, как дура (Эльвира, 11 лет).

Для мальчиков раннее половое созревание, наоборот, предоставляет значительные преимущества, влияет на повышение самооценки. Именно такие мальчики часто становятся лидерами. Исследования показали, что в молодости они склонны к хорошей социальной адаптации. И соответственно позднее созревание может остро переживаться мальчиками, восприниматься как показатель собственной несостоятельности и слабости.

Мне стыдно, что у меня еще нет волос на лице. А на физкультуре я стараюсь раздеваться, чтобы другие не видели, что у меня так в трусах еще мало. Поэтому я даже и не мечтаю подойти к какой-нибудь девочке (Илья, 16 лет).

Как видно из приведенного обсуждения, процесс формирования половой идентичности в подростковом возрасте часто осуществляется не просто, сопровождаясь острыми переживаниями собственной сексуальной несостоятельности. Поэтому подросткам в это время требуется особенное внимание и поддержка окружающих взрослых.

### **Контрольные вопросы**

1. Какова специфика отношения подростка к своему имени?
2. Каковы наиболее значимые сферы притязания на признание?
3. Что такое дисморфофобия?
4. В чем заключается конфликтное отношение подростков к своим правам и обязанностям?
5. Как должна проявляться гармония в отношении прошлого, настоящего, будущего?
6. В чем причина появления страха взросления?
7. Как влияют темпы полового созревания на развитие личности подростка?
8. Какие этапы можно выделить в становлении сексуальной идентичности?

## ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНО- ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ

Рассмотрим специфику эмоциональной сферы подростков. Именно она часто делает их трудноуправляемыми, трудновоспитуемыми, затрудняет взаимодействие с ними взрослых.

Моя дочь в возрасте 13—14 лет стала становиться очень раздражительной, нервной. Иногда на обычные вопросы, типа «Как дела?», она отвечает «отстань» или «какая разница». Меня поражает, как у нее за один день настроение может смениться от самого плохого до полной радости. В общем, отношения с ней усложнились (Людмила Игоревна, мама Насти, 14 лет).

Она теперь вообще с нами почти не разговаривает. Как-то попыталась выяснить, почему она такая грустная ходит, так она вспылила, что я спрашиваю просто из вежливости, а на самом деле мне все равно. А однажды, совсем недавно, подходит ко мне, ложится рядом, кладет голову на колени и лежит так. Потом попросила меня посидеть с ней, пока не заснет. В другой раз ситуация была почти такой же, только она попросила почитать «Волшебник Изумрудного города». Она очень любила серию этих книг в детстве. Такое поведение и такая просьба меня напугали. Я стала гладить ее по голове и в какой-то момент почувствовала, что она плачет. На следующий день вернулись раздражение, превосходство, грубость (Нина Ивановна, мать Иры, 13 лет).

Безусловно, эмоциональная сфера в подростковом возрасте претерпевает существенные изменения. Эмоциональные состояния подростков, формы реагирования на различные ситуации сильно отличаются от таковых у младших школьников. Для этого есть определенные физиологические предпосылки, хотя, конечно, не все изменения определяются ими.

Что же происходит с подростками? Прежде всего бросается в глаза их **эмоциональная неуравновешенность**. Довольно часто у них можно заметить быстрый, почти мгновенный, переход от возбуждения и хорошего настроения к депрессивному, от радости к слезам, и наоборот. Так же сильно возрастает эмоциональная чувствительность, поэтому достаточно слабый раздражитель, например вопрос о том, сделаны ли уроки, нередко вызывает у них появление неадекватно сильных аффектов, т.е. реакций взрывного характера, сопровождающихся слезами либо криками и грубо-

стью, в которых подростки плохо контролируют себя. Они как будто «теряют голову» и могут совершить поступки, которыми сами впоследствии будут недовольны. Поэтому взрослым необходимо помнить, что аффективное действие как бы «вырывается» из подростка, не регулируется им, и он не вполне ответственен за его совершение. А в периоды особой эмоциональной неуравновешенности, вызванной усталостью, неприятными событиями, педагогам и родителям нужно следить за своей речью, интонацией, чтобы ненароком не обидеть подростка и не повлечь аффективную вспышку.

Когда моя Элина стала подростком, то с ней стало очень трудно. Пока с ней разговариваешь о хорошем, это просто «золотой ребенок». Но стоит только что-то сказать ей поперек или то, что не согласовывается с ее убеждениями, как она превращается буквально в тигрицу, начинает спорить, кричать или даже плакать (Татьяна Федоровна, мама Элины, 13 лет).

В последнее время Саша стал более раздражительным, часто огрызается и ворчит из-за пустяков (Вера Викторовна, мама Саши, 12 лет).

Когда завожусь, кричать начинаю на мать, то остановиться уже не могу. Кажется, это не я кричу, а что-то во мне. Но родители не верят, обижаются (Артур, 13 лет).

Чуть слово скажу, сразу либо слезы на глазах, либо орать начинает. Такой стал обидчивый, что невозможно стало с ним разговаривать. Это когда-нибудь кончится? (Вера Петровна, мать Артура).

Мне кажется, что я какая-то нервная стала. С мамой часто из-за пустяков ругаюсь. Раньше такого не было. Я вообще была очень послушной. А теперь мама сделает мне какое-нибудь замечание, а я сразу начинаю оговариваться, кричать на повышенных тонах. Потом думаю: «Зачем я это сказала?» Но ничего поделать с собой не могу (Света, 14 лет).

Многие исследователи также отмечают нарастание в подростковом возрасте общего возбуждения и ослабления всех видов торможения. К примеру, «разбушевавшийся» класс будет довольно сложно вернуть в спокойное состояние.

Необходимо отметить также следующую особенность. Поскольку для подростков характерно возрастание эгоцентризма (Ж. Пиаже), у них может присутствовать акцентирование уникальности, неповторимости собственных переживаний.

Да, меня никто не понимает: ни родители, ни друзья. Мне плохо. Наверное, никому не бывает так плохо, как мне сейчас (Женя, 14 лет).

От общей специфики эмоциональной сферы подростков перейдем к рассмотрению таких различных по форме проявления, но одинаковых по значимости для развития личности подростка чувств, как гнев и одиночество. Начнем с чувства гнева, поведенческое проявление которого принято называть **агрессией**.

Агрессия играет огромную роль в становлении «Я» подростка, в особенности в выработке им самостоятельной жизненной пози-



ции. Через агрессию осуществляется отвержение норм, образцов поведения взрослых, что дает подростку время на осмысление, формулирование своих собственных. Роль агрессии в подростковом возрасте можно сопоставить с подобным ее значением в раннем возрасте (от года до трех), когда, сопротивляясь воспитательным воздействиям взрослых, через негативизм и упрямство ребенок отстаивал позицию «Я сам». Интересно, что и поведенческие проявления агрессии в раннем и подростковом возрастах похожи. Они заключаются в отрицании норм, правил, всего устоявшегося и стремлении к беспорядку, нечистоплотности, отстаивании права на самостоятельность. Ранее спокойный, послушный, ласковый ребенок иногда постепенно, но чаще «вдруг» становится «тираном» всей семьи.

В комнату войти его невозможно. Постель не постелена, везде стаканы, остатки бутербродов валяются. Чистое белье держит вместе с грязным. А ведь как в детстве я его приучала к чистоте (Инна Алексеевна, мать Владислава, 14 лет).

Если родители и педагоги не отрицают права на существование периода отвержения, а также самой агрессии подростка, то через некоторое время он научится управлять собой и своими чувствами, и на основе новой, самостоятельной, зрелой позиции станет готов к диалогу со взрослыми. В этом случае он чаще всего усваивает нормы и ценности, близкие родительским, но теперь они уже не навязаны ему извне, а являются его собственными. Однако такое происходит не всегда.

Но если взрослые абсолютно не допускают никаких агрессивных проявлений, сами агрессивно реагируют на них, то возможны два основных варианта развития подростка.

Первый вариант — это полное вытеснение агрессии, т.е. подросток выглядит абсолютно послушным, миролюбивым, но «платит» за это неуверенностью в себе, несамостоятельностью, т.е. тем, что позднее увидят и сами взрослые, назвав это инфантильностью. Но пока они будут очень довольны своим ребенком, в особенности тем, что он не такой, как все. Таких подростков довольно много, но они не привлекают внимания взрослых, наоборот, «удобны» для них, и, как уже говорилось, проблемы их начнут проявляться несколько позже.

Второй вариант — это переход нормальной, конструктивной агрессивности в деструктивную, которая направлена как на неодушевленные предметы (автобусные остановки, туалеты в школе и т.п.), так и на родителей, педагогов, сверстников. Здесь можно выделить два типа личности и соответственно поведения подростков.

1. Не социализированный подросток. Агрессивные действия осуществляются им без цели добиться чего-либо для себя. Внешне

это холодный, мстительный, подозрительный подросток, без чувства вины, с заниженной самооценкой.

2. Социализированный подросток, принадлежащий к какой-либо группе. Агрессивные действия служат для повышения статуса в группе. Подросток внешне выглядит сильным, уверенным в себе, скрывая внутреннюю слабость и стремление к зависимости.

Понятно, что деструктивная агрессивность является «первой ступенькой» к асоциальному поведению. Это тем более вероятно в том случае, если она не впервые возникла в подростковом возрасте, а является следствием нарушения развития в более ранних возрастах.

Ввиду особой важности этого вопроса, рассмотрим основные условия, которые могут способствовать перерастанию агрессивности в асоциальное поведение. Они определяются отношениями в семейно-бытовой или социальной сферах, а также связаны с определенными психологическими свойствами подростка, но чаще носят комплексный характер. Определим эти условия.

1. Условия в сфере «ученик — учитель». Нарушения нормальных отношений подростка с взрослыми в этой сфере приводят к тому, что у него формируются безнравственные жизненные установки и как следствие — асоциальные поступки. Так, по результатам наших исследований в московских школах, отношения в сфере «ученик — учитель» 40 — 50 % подростков расценивают как напряженные и 20 % — как конфликтные, вызывающие сильное неудовольствие. Поэтому многие подростки тяготятся учебой в школе и стремятся уйти из нее после VIII — IX классов. Не находя понимания в школе, чувствуя себя там униженными, они получают сочувствие «уличных» авторитетов и легко вовлекаются в асоциальную сферу окружения «улица — подворотня».

2. Условия в сфере «подросток — семья». Имеют место полностью формализованные либо конфликтные отношения в семье подростка. Интересно, что по результатам исследований около 30 % школьников считают, что родители относятся к ним враждебно. Понятно, что в большинстве случаев это не соответствует реальности. Но для ухода подростка в асоциальное поведение более важны не объективные отношения в семье, а их субъективное видение подростком. В последнее время фактором риска асоциального поведения стала рассматриваться и гиперопека. Когда родители уступают всем требованиям подростка, у него появляется чувство вседозволенности, стремление к немедленному удовлетворению своих желаний. Именно потому сегодня в асоциальных компаниях принимают участие и дети из семей с достаточно высоким уровнем дохода.

Да, они меня любят, но их ничего не устраивает, что бы я ни делал. Вот, например, в учебе. Мне неохота учиться, ну не могу себя заставить. Нет, скорее, не хочу читать эти нудные учебники. А вот с работы она приходит и

тут же спрашивает: «Ты дома?» Я ей: «Дома». Она: «Садись и рассказывай, что сделал сегодня». А я ей: «Ничего». Она — сразу к валерьянке и начинает орать: «Знаю я твое ничего, только вот заканчивается все это ничего — чего!» На самом деле ничего она про меня не знает. Вот она уехала отдыхать, а я поехал в Питер автостопом. Ощущение непередаваемое. Познакомился с двумя пацанами, мы скорешились, в Питер доехали. Денег нет — хотели грабить прохожих. Но решили, что город мы знаем плохо и нас быстро поймают. В общем, поездка эта меня изменила (Леня, 16 лет).

Раньше я была почти отличницей. Теперь нет. После того, как я в VII классе из дома бегала, стала плохо учиться. А зачем учиться? Чтобы жить так, как моя мать? Приходит поздно, а потом все кричит на меня. Вернее, раньше кричала. Теперь я дома почти не бываю. У нас компания человек десять. В основном пьем. А что еще делать? Вот недавно нас с компанией в ментовку загребли за то, что на улице пили. Но я уже без пива вообще жить не могу. А вообще, я в последнее время часто нахожусь в плохом настроении, болит голова, устаю. И вообще, все плохо (Ксения, 16 лет).

3. Социально-экономические условия: экономическая нестабильность в стране, неуверенность в завтрашнем дне, обострение межнациональных отношений, всплеск преступности, разрушение социальной инфраструктуры обеспечения подростков (молодежи) у нас в стране (молодежные союзы, спортивные отряды, пансионаты, клубы и т.д.), навязывание западного образа жизни средствами массовой информации. Но важнейшим фактором, способствующим формированию асоциального поведения, следует назвать культивирование в СМИ чувства зависти к людям с высоким социальным статусом и уровнем доходов, что заставляет подростков обращаться к воровству и другим противоправным действиям для достижения необходимого, по их мнению, уровня жизни.

4. Свойства личности подростка. Во-первых, это низкий уровень развития самосознания, т.е. отсутствие навыков анализа собственных поступков, что не позволяет подростку контролировать свои поступки и поведение. Во-вторых, пониженная самооценка, вследствие чего сила собственного «Я» ощущается только тогда, когда происходит нарушение принятых в обществе норм и правил. При этом субъективный образ своего «Я» складывается под влиянием асоциального окружения «авторитетов». В-третьих, отсутствие четких нравственных ценностей и критериев, с позиции которых происходит осознание и контроль своего поведения.

Я когда кого луплю, так прямо героем себя чувствую: все могу, все мне подчиняются. Хочу еще мускулы накачать, тогда меня никто не достанет (Коля, 15 лет).

Обсуждая проблему подростковой агрессии, необходимо отметить, что специфической ее формой все чаще становится **смех**. Подростки смеются, выражая несогласие, защищаясь или нападая. При этом чаще всего смех как средство агрессии используется

в тех случаях, когда открытое ее проявление невозможно, например, в отношении педагогов или очень строгих родителей. В качестве иллюстрации приведем результаты одного исследования, в котором подросткам предлагалось нарисовать смешного родителя, сверстника, педагога. Оказалось, что в 80 % рисунков смешного педагога у 14—15-летних учащихся присутствовала агрессивная окраска (у более младших и более старших учащихся проявления агрессии отмечались значительно реже): например, вместо людей изображались агрессивные животные или приводились агрессивные высказывания («Хватит орать», «Заткните свои глотки» и т. п.). В рисунках смешного сверстника и родителя агрессия присутствовала только в 30 и 20 % работ соответственно. И это понятно, потому что в отношении последних подростки проявляют агрессию достаточно открыто. Однако если по каким-либо причинам они не имеют такой возможности, могут использовать смех для проявления чувства гнева и в отношении сверстников.

У меня сын очень послушный. Говорят, что все подростки грубят. Нет, мой не такой. Мы его строго держим. Но вчера произошло нечто ужасное. Я уронила на ноги трехлитровый баллон с томатом. Он разбился. Я испугалась, мне больно. А сын хохочет. Что это? Я что, морального уroda ращу? (Наталья Тихоновна, мама Олега, 14 лет).

В другом исследовании подросткам предлагалось написать сочинение на тему «Самая смешная история». Оказалось, что в рассказах 14—15-летних подростков в 68 % случаев присутствовала агрессивная окраска. В данной возрастной группе смешными оказались истории следующего содержания: падения детей и взрослых при различных обстоятельствах, драки на улицах, выходки людей в нетрезвом состоянии. Многие подростки, так же как и в рисунках, проявили свое агрессивное отношение к педагогам.

Это было на уроке литературы. Прозвенел звонок. Учительница стоит перед классом, но никто не слышит ее. Пока она кричала на нас, у нее зуб выпал. Но она не растерялась и положила свой зуб в коробку с мелом. Не знаю, сколько он там лежал, но во рту у нее стало на один зуб меньше (Лена, 14 лет).

У других подростков было выявлено наличие агрессивных побуждений в отношении людей в целом — не только знакомых, но и незнакомых.

Делать было нечего — я и мой сосед по парте Антон пошли гулять, захватив с собой лыжную мазь, которая не смывается. В общем, мы намазали ручки у квартирных дверей и кнопки лифта. Много народа попало на эту «фишку» (Андрей, 15 лет).

Особое место среди работ занимают истории в стихах, называемых обычно «садистскими стишками», их написали почти 30 % испытуемых, например:

Дочка спросила у мамы конфетку,  
Мама сказала: «Сунь пальцы в розетку».  
Быстро обуглились дочкины кости,  
Долго смеялись мама и гости (Катя, 14 лет).

Маленький мальчик на базу попал,  
Красную кнопку случайно нажал.  
Долго китайцы понять не могли,  
Что за грибок вырастает вдали (Илья, 14 лет).

Нужно заметить, что в отличие от предыдущих вариантов «садистские стишки» — это отнюдь не только проявление агрессии к миру, но и один из показателей взросления подростка. Исследователи отмечают, что «бытование жанра “садистских стишков” — свидетельство нового уровня сознания и самосознания, когда поступки ребенка определяются уже не внешними (извне идущими) постулатами, а выбором, основанным на самоовладении своим поведением» (Мир детства, 1995, с. 67). Подросток уже прекрасно осознает нормы культурного поведения, поэтому у него вызывают смех ситуации, которые в реальности не могут существовать.

Взрослым нужно иметь в виду, что подростки не только сами используют юмор для проявления агрессии, но и очень хорошо чувствуют юмор других людей. С одной стороны, они приветствуют его, поэтому любят уроки педагогов, на которых бывает весело. С другой стороны, они особенно чувствительны к проявлению педагогами своей агрессии через юмор (иногда видят агрессию даже там, где ее нет). Но поскольку педагоги также не имеют права на открытое проявление агрессии по отношению к ученикам, то многие действительно используют для этого юмор, часто позволяя себе делать иронические замечания в адрес подростков (например, «А голову ты не забыл?», «Послушаем самых умных», «Петров, тебе только книги писать»).

Таким образом, можно сделать вывод, что агрессия и смех у подростков часто бывают трудноразличимы. И это, по-видимому, неслучайно. Смех помогает подросткам выплеснуть агрессивные побуждения в социально приемлемой форме, снизить уровень внутренней агрессии. В определенной степени он выполняет регулятивную функцию. Напомним, что многие психологи-гуманисты считали наличие чувства юмора необходимым качеством для психически здорового человека.

Однако нельзя всякий подростковый смех сводить к агрессивности, а его функцией считать только регулятивную. Как говорил М. М. Бахтин, смех выполняет функцию освобождения от нормативности, борясь с гнетом авторитета, отрицая догматизм, фанатизм, категоричность, односторонность, уничтожая страх. Помимо этого смех является предпосылкой позитивного мировоззрения. По мнению В. Я. Проппа (1976), юмор является неким



душевным состоянием, при котором в наших отношениях к людям мы сквозь внешние проявления небольших недостатков угадываем положительную внутреннюю сущность. Недаром в некоторых традиционных культурах смеху отводилось особое место. Ритуальным смехом сопровождалось и рождение ребенка, и похороны старого человека. В подростковых обрядах инициации присутствовали специально организованные мистерии, вызывающие смех.

Итак, рассмотрев чувство гнева и его поведенческое проявление — агрессию у подростков, перейдем к рассмотрению **чувства одиночества**. Действительно, одновременно с появлением чувства взрослости подросток открывает новое для себя чувство одиночества.

Его возникновение следует отнести к еще более раннему периоду — дошкольному возрасту. И это понятно, поскольку важнейшая потребность человека — быть сопричастным к окружающим, включенным в человеческое сообщество — ощущается им с детства. Отсутствие сопричастности остро переживается как собственная изолированность, отчужденность, покинутость. В европейской культуре чувство причастности маленького ребенка обеспечивается в первую очередь семьей. Для подростка помимо семьи приобретает важное значение и группа сверстников. Кроме того, именно в этот период происходит первичное осознание подростком одиночества, присвоение ему названия. Имеется в виду, что младшие дети переживают это чувство скорее как эмоциональный дискомфорт, хотя реагируют на него тем или иным поведением. Но только подростки начинают употреблять слово «одиночество», дифференцируют связанные с ним эмоции, описывают уникальность своего чувствования.

У меня одиночество связано с друзьями. Когда, например, они говорят: «Муля, садись со мной», а не «Галя, садись», чувствую при этом обиду, обделенность. И сразу думаешь: «Ну чем она лучше, чем я?» (Галя, 16 лет).

Следует отметить, что подросток только начинает осознавать это чувство, поэтому часто плохо понимает его причины и зачастую глубоко от этого страдает. Многие подростки в качестве друга, который может разделить одиночество, выбирают дневник.

Единственное, с кем я могу общаться, это ручка и бумага. Дневникам я посвящаю большое время. У меня нет конкретных проблем, просто все тупо вокруг. Меня все раздражает, что происходит вокруг меня. Раньше я часто смеялась и жила без забот. А теперь вокруг меня все серое. Вот так я живу вместе с моим одиночеством (Валя, 16 лет).

Некоторые подростки предпринимают различные, иногда не вполне конструктивные, попытки избежать одиночества. Другие отказываются от контактов, как бы «запираются» в своем одиночестве.

Ты знаешь, у меня часто бывает плохое настроение. Мне хочется куда-нибудь уйти, спрятаться. И в снах я ухожу от кого-то. Я всегда в них остаюсь

одна. Я никому не верю. Боюсь, чтобы меня обсуждали за спиной. Лучше быть одной, хотя одной страшно и тоскливо (Оксана, 14 лет).

Следует отметить, что не всегда острое чувство одиночества заметно окружающим. Иногда даже самые близкие люди не предполагают, что подросток глубоко страдает из-за переживания оторванности, изолированности от окружающих.

Посмотрим, как влияет переживание одиночества на развитие личности подростка. Если вспомнить различные духовные практики, то в большинстве из них уединение и одиночество рассматриваются как средства духовного самосовершенствования. Обычным людям также необходимо одиночество для размышления о себе и смысле собственной жизни, осознанности принятия решений. Поэтому можно сказать, что, с одной стороны, состояние одиночества выполняет важнейшую функцию — содействие развитию самосознания подростка, а в некоторых случаях и выработке его собственной духовной позиции. Кроме того, чувство одиночества в какой-то степени помогает проживанию подросткового кризиса, осуществлению глубокой внутренней работы по формированию эго-идентичности. Интересно, что чувство одиночества является неотъемлемым состоянием человека и в более поздних возрастных кризисах: молодости, «середины жизни», встречи со старостью.

Но, с другой стороны, надо понимать, что продолжающееся в течение длительного времени устойчивое чувство одиночества может истощить жизненные силы человека, привести к *депрессии*, а в особо острых случаях — и к суициду.

Иногда мне кажется, что я одна в этом мире. А вокруг нет ни одного близкого мне человека, который мог бы помочь, разделить со мной мое одиночество. Я чувствую свою беспомощность и ненужность. Недавно моя мать прочитала мое письмо, которое я написала своей подруге. А когда я пришла домой, она меня отчитала. Я чуть было не сошла с ума от злости, ненависти, несправедливости и обиды. Убежала из дома, но потом, конечно, вернулась. Деваться было некуда. Не знаю, что мне делать. Иногда меня посещают мысли о самоубийстве. Меня все достало (Анна, 16 лет).

Мой переходный возраст был периодом исканий ответов на вопросы, периодом одиночества. Мне казалось, что я одна и никто меня не понимает. Иногда, гуляя по вечерним улицам, я придумывала себе друга, обдумывая, каким он должен стать. Благодаря таким вечерам я привыкла к одиночеству и стала открывать в себе все новые возможности. Я ушла с головой в творчество, пытаюсь писать стихи, рисовать, заниматься рукоделием. Менялись мои интересы, менялась и я (Нина, 17 лет).

Рассмотрим состояние подростковой депрессии подробно. Она переживается как потеря радости к чему-либо в жизни, сопровождается чувством апатии, особенно острым переживанием своего одиночества.

Со мной ничего особого не случилось. Но я как будто потеряла все чувства. За что ни возьмусь — хватается за горло глухая, какая-то тупая тоска. И ничего мне не надо, ничего не интересно. Кажется, это называется депрессия. Рецепты есть. Вчера ты видела результат моего эксперимента над собой — напилась. Зато теперь знаю, каково быть убожеством (Инна, 16 лет).

Нужно иметь в виду, что внешне подросток может выглядеть жизнерадостным и активным, не доверяя никому свои переживания. Встает вопрос о том, что может явиться причиной депрессии подростков? Таких причин много: конфликты с родителями, страх несоответствия их ожиданиям, трудности во взаимоотношениях со сверстниками, в особенности противоположного пола, и т. п.

Все друзья говорят, что, когда они повзрослели, у них появилось больше свободы. А меня никуда не пускают и еще совершенно не уделяют времени. Маме до меня дела никакого нет, особенно с тех пор, как появился дядя Валера. А радости? Радости те, что я, никого не спрашивая, купила себе двух крыс. И на меня не ругались. Дают деньги, которые я трачу на них. Наверное, это все радости (Марина, 13 лет).

Но иногда депрессия не имеет видимых причин и может быть обусловлена неумением подростка ощущать радость от жизни в настоящий момент.

У меня нет ни радостей, ни свободы. Школа, из школы домой, и потом уже дома. Конечно, можно с друзьями погулять. Обычно мы с ними ходим по магазинам, покупаем что-нибудь, а потом едим... Нет радостей. Не умею я радоваться (Артем, 15 лет).

Однако длительная, даже вялотекущая депрессия снижает ресурсы личности. И появление у такого подростка чувства беспомощности, безнадежности — «Я ничего не могу сделать, и никто не может помочь мне облегчить боль» — может привести к суициду.

У меня была девушка. Я ее очень любил, хотел всего себя ей отдать. Но мой друг показался ей более привлекательным. А они еще всей компанией надо мной смеялись. Тут еще с родителями беда. Сплошные конфликты на пустом месте. В общем все плохо. Я остался один. Вел дневник — надо же с кем-то разговаривать. А потом дал дневник ей почитать. Думал, она меня поймет. А она стала завоевывать авторитет себе в компании чтением моих записей вслух. А потом им и это надоело. Обо мне и вовсе забыли. Я ждал и вдруг понял, что есть выход. Все было так просто, без сомнений и угрызений. Мама случайно с работы пришла, у нее голова разболелась. Поэтому остались только шрамы на руках. Я тогда перерезал вены. Теперь я не хочу уходить. Родители кое-что поняли. Мне жаль их бросать. Я видел смерть и знаю, что это такое. Сейчас я создал свой мир после смерти и живу в нем (Дима, 16 лет).

Нужно помнить, что подростки как никто другой подвержены мыслям о суициде, довольно легко подходят к его осуществлению. С одной стороны, сама тема смерти представляет для них

интерес, при этом представление о ней крайне неотчетливо, инфантильно. Смерть может представляться в виде длительного сна, отдыха от невзгод. Она может рассматриваться и как средство наказать обидчиков, отомстить им. С другой стороны, этому «помогают» средства массовой информации. Подростки в целом склонны к подражанию, они легко копируют образцы поведения, которые предлагают СМИ. Поэтому одинокие, эмоционально нестабильные подростки, не имеющие опоры во взрослых, при наличии даже такого незначительного мотива, как двойка, обида, несправедливое обращение, могут выбрать **суицид** в качестве решения проблемы.

Когда я развелась с мужем, дочка замкнулась в себе. И теперь только я понимаю, как ей было тяжело. Я была занята своими проблемами, совсем не уделяла ей внимания. Учеба ее в школе заметно ухудшилась, встал вопрос об отчислении. Она позже призналась, что хотела покончить с собой, но в последний момент одумалась, и все обошлось. Я задним числом сильно испугалась, потому что у нее было подобное примерно в 12 лет. Она крикнула нам, что ее никто не любит, она никому не нужна, всем мешает и вообще незачем ей было на свет рождаться. Я тогда долго думала и поняла, что сама не справлюсь, что необходимо обратиться за помощью. После посещения психолога все встало на свои места. Я многое поняла, поняла свою дочь, поняла, что это я довела ее до такого состояния (Ольга Алексеевна, мама Кати, 17 лет).

Действительно суицид может совершиться как возможность выхода из той или иной невыносимой ситуации, приносящей страдания, и когда подросток не видит других путей избавления от него.

Один раз Надя занималась музыкой. А еще ей в этот день надо было выучить какой-то урок. Как мне она потом сказала, у нее никак не получалось. И поэтому случилась эта ужасная история — она отравиться хотела. Как выяснилось позже, Надя не пошла на урок музыки, а выпила целую пачку снотворных таблеток. Я болела много лет назад, и они у нас дома были. На следующий день я не могла добудиться дочери. Когда она пришла в себя, сказала, что ей было стыдно, что она боялась учителя и меня тоже (Вера Григорьевна, мама Нади, 16 лет).

Если честно, то больше всего я боюсь, когда получаю плохую оценку. Мне хочется сквозь землю провалиться. Мама ругаться будет, вернее, не то чтобы ругаться, а укорять, а это еще хуже. Слушать, что она мне жизнь отдала, а я... Сама не знаю, но самое страшное, это сказать ей об этом или о чем-нибудь таком. Например, когда я была поменьше, ездила в лагерь пионерский. Там у нас в одном отряде вшей нашли и мыли чем-то, чтоб их вывести. Я тогда так сильно испугалась за то, а вдруг у меня тоже, как я маме объясню. Но все обошлось (Надя, 16 лет).

Однако нужно отметить, что одной психотравмирующей ситуации недостаточно для принятия подростком решения о суициде. Важным фактором являются такие личностные особенности суицидента, как эмоциональная нестабильность, повышенная вну-

шаемость, сниженная самооценка, отказ от поиска выхода в сложных ситуациях. Кроме того, чаще всего у подростков, склонных к суициду имеются и другие причины для такого поступка: неблагоприятная обстановка в семье, случаи физического или эмоционального насилия, одиночество и отсутствие опоры на взрослого.

Да чего я только ни делала с собой: и вешалась (Ленка спасла меня), и вены хотела порезать, и отравлялась таблетками всякими и ягодами ядовитыми. Почему? Чтобы не жить. Жизнь поганая. Не нравится так: орут, никому не можешь угодить. В первый раз это произошло в 11 лет. Я тогда еще дома жила. Отец с мачехой помогали. Они пьют и все время орут на меня. Зачем я родилась? Надоело все (Аля, воспитанница приюта, 14 лет).

Ввиду того, что сегодня наблюдается возрастание суицидальности подростков, необходимо уметь видеть синдромы, указывающие на риск суицида. Это может быть тревожно-возбужденное поведение, внешне похожее на подъем, но с присутствием суеты, спешки. Оно может сменяться апатией, оцепенением, повышенной сонливостью. Внутреннее напряжение подростка может периодически разряжаться через немотивированную агрессию, резкие аффективные вспышки. Подростку могут сниться страшные сны с картинками убийств, катастроф.

Аля — сложная девочка. Воспитателей не слушается, грубит, очень скрытная. В последнее время у нее частые вспышки раздражения, которые чередуются с моментами полного безразличия к происходящему (Вера Николаевна, директор приюта).

Сны страшные? Да, снятся. Один раз приснилось, как бабушку убили. Потом снилось, как меня убивают, голову отрубают. Я бежала от него по тоннелю, проснулась вся в поту. И вообще боюсь чего-то постоянно. Кажется, что должно случиться что-то плохое. Боюсь, что родители откажутся от меня, что друзьям надоем, что парень бросит из-за другой. Да вся жизнь нервная. Все орут чего-то. Надоело уже. Могу ли я разозлиться? Ага. Вот когда разозлили или воруют, из-за стукачества могу вдарить. Я убить могу. Я так одного парня била. Он сопротивляться пытался, такой гад. Что он сделал? Да обозвался. Так ему и надо (Аля, 14 лет).

У подростка может присутствовать сильнейшее чувство несостоятельности, сниженная самооценка, маскируемые им бравадой, вызывающим поведением. В доверительном общении он обязательно отметит сильное чувство вины и стыда.

Испытываю ли я чувство вины? Часто. Из-за родителей, что часто пьют. Когда мать деньги просит, а я не могу ей отказать и даю ей, а то она обидится. А я не хочу, чтобы она обижалась, и не хочу, чтобы пила. Когда кого-то бьют, а я не заступаюсь. Стыдно тоже бывает часто. Перед родителями, что деньги на водку у них забирала. Перед бабушкой. Она из-за меня умерла: узнала, что меня в приют забрали, и у нее плохо с сердцем сразу (Аля, 14 лет).

Нужно иметь в виду, что иногда к суициду приводит увлечение подростков уже ушедшими из жизни кумирами. Если невозможно реализовать желаемые отношения в реальной жизни, то объектом любви подростка могут стать кумиры. Как правило, к такой любви прибегают подростки с комплексом глубоких личностных проблем, которые не дают им возможность полноценно общаться со сверстниками. Для них лучшим собеседником и идеальным любимым становится кумир, который не предаст, не отвернется, не уйдет от контакта. Причем часто в роли таких кумиров выступают лидеры музыкальных групп: Джим Моррисон, Фредди Меркури и др. Поэтому у таких подростков довольно велик риск суицида, который, по их мнению, может приблизить к любимому человеку.

«Как говорят близкие Катерины, она заболела Майклом Джексонем в 10 лет. На первый взгляд, увлечение никак не отразилось на характере девчонки. Она росла как маленький цветочек, оберегаемая от тягот жизни любящими родителями, всегда веселая и приветливая. С малых лет родители отдали ее в хореографический кружок, и к отрочеству Катя танцевала изумительно...

В 1996 году в дневнике Катя сделала запись: «28 августа 1998 года моему кумиру исполняется 40 лет, я в этот день умру, я хочу всю себя отдать с тем, чтобы моя смерть продлила ему жизнь...»

Первое сентября 1998. Те, кто видел в этот день Катю, говорят, что она как всегда была веселая и счастливая... После школы ненадолго зашла в свою комнату — написать записку, в которой было всего несколько слов: «Прости меня, мама. Я хочу, чтобы на моей могиле была надпись “Я люблю тебя, Майкл”». Затем на велосипеде отправилась на дачу на другой конец города... А человек, ставший причиной этой смерти, и не знает, что жила в рыбинском поселке 16-летняя Катюша, которая всю свою сознательную жизнь любила его безответной любовью» (Комсомольская правда, 23 сентября 1998 г.).

Помимо депрессивности и суицидов важной проблемой подростков являются *страхи*. Исследователи отмечают сильное возрастание общей тревожности, усиление старых страхов и появление новых в младшем подростковом возрасте, т.е. препубертате. Это вызвано частичной эмоциональной регрессией подростков к детским проблемам. Как отмечает А. Фрейд, на поверхность выходят не полностью разрешенные ранее внутренние конфликты. Поэтому с новой силой подростками могут переживаться тревожная привязанность к матери, страх смерти (в формах страха темноты, бандитов и т.п.).

В среднем и старшем подростковом возрасте общая тревожность обычно снижается, однако усиливается страх смерти, который теперь внешне никак не проявляется: подростки не сообщают о нем взрослым и даже отрицают его. Но если внимательно присмотреться к их поведению, то за стремлением к различным рис-



кам, т. е. своеобразной «игрой со смертью», прослеживается стремление победить смерть и страх перед нею. Страх смерти довольно четко проявляется при исследовании тревожности учащихся. Так, заканчивая предложение «Большинство моих знакомых не знают, что я боюсь...» 78 % подростков указали на страх смерти, например «...заболеть неизлечимой болезнью: СПИДом, раком», «...тех мучений, которые могут ждать любого перед смертью», «...несчастливого случая, неизлечимой болезни, войны».

В качестве иллюстрации приведем выдержки из рассказов десятиклассников гуманитарного класса одной из московских школ, которые они составляли по черно-белым картинкам неопределенного содержания (ТАТ). Считается, что человек, глядя на них, рассказывает на самом деле о своих собственных переживаниях.

Бедная женщина поднимается по лестнице в свою спальню. Она увидела призрак своей матери, которую она отправила в дом престарелых, где та умерла.

Эта картинка изображает убийство на почве ревности. Муж убил свою жену или любовницу.

А этот человек, по-моему, думает об операции, которая его ждет. Ему очень страшно. Ему все представляется в худшем свете.

А здесь, как мне кажется, отражено ночное нападение на какого-то крупного бизнесмена, как это часто случается в наши дни. Этот человек, естественно, не ожидал такого. Возможно, его просто убьют, и на этом дело закончится. А потом, как всегда, убийцу не найдут, а следствие закроют.

О чем свидетельствуют эти рассказы? Очевидно, что подростки пребывают в ситуации сильнейшего внутреннего напряжения, боятся окружающего мира, ожидают от него агрессивных действий. Понятно, что на уроках, несмотря на любые самые передовые методы обучения, внимание их будет рассеяно, а во внеурочное время они будут пытаться справиться с этим внутренним напряжением различными способами: через стремление к сексуальной близости, употребление алкоголя, а возможно, и через собственное агрессивное поведение. Как уже говорилось, одним из наиболее частных вариантов борьбы со страхом смерти является стремление подростка к различного рода рискованному поведению. Через риск подросток, как бы играя со страхом смерти, доказывает свою способность его преодолеть.

Может встать вопрос, почему у подростков столь выражен страх смерти. Но это понятно. Страх смерти в современном обществе развит до такой степени, что смерть вытесняется из коллективного сознания. О ней может говорить только ребенок 4—5 лет, впервые осознавший этот страх. В старших возрастах она не обсуждается, люди стараются не думать о ней, как бы отрицая ее существование. Для многих людей тема смерти — табу, так как говорить о смерти — это все равно, что вызывать ее в воображении, ставить себя перед лицом ее неизбежности.

Как говорил В. Франкл (1999), современному человеку пришлось заплатить за технический прогресс дорогой ценой глубокого отчуждения от фундаментальных биологических аспектов существования. Этот процесс получил наиболее яркое выражение в отношении основной жизненной триады: рождения, секса и смерти.

Понятно, что значительную долю ответственности за страхи подростков должны принять средства массовой информации. Даже если знакомиться только с заголовками из газет, то можно впитать эти страхи. Но их читают не только подростки. Почему же страх смерти столь остро выражен именно у них? Для того чтобы ответить на этот вопрос, нужно вспомнить о подростковых инициациях — обрядах, которые существовали в древности для того, чтобы помочь подросткам достойно пройти столь важный для них период быстрых качественных изменений. Итогом этого периода, как уже говорилось, являлось приобретение взрослого статуса в социальном и сексуальном плане.

Важно, что при всем разнообразии форм обрядов инициации обязательным компонентом в них было наличие таинства смерти — нового рождения. Это таинство в символической форме представляло идею о том, что для рождения новых качеств необходимо «отмирание» или разрушение старых, причем процесс разрушения может быть довольно долгим и болезненным для подростка. В процессе инициации подросток в той или иной форме символически умирал, затем рождался. Понятно, что такие действия снижали уровень страха смерти и помогали подростку осознать, что для рождения нового качества необходимо исчезновение, разрушение старых, что новое приходит через преодоление трудностей и напряжение воли.

В определенной степени функцию инициации выполнял еще не так давно существовавший обряд приема в комсомол, который отражал переход на более взрослую ступень жизни, включал подростка в определенную систему ценностей.

Современным подросткам общество не оказывает помощи в обретении взрослого «Я», понимании себя, своих прав, обязанностей, сил и возможностей посредством инициации. Они достигают этого самостоятельно, часто путем довольно трудной внутренней работы. Вследствие этого в период формирования «Я», когда оно еще хрупкое и неустойчивое, появляются страхи потери себя, чувства самотождественности, утраты собственной личности, т. е. собственной смерти.

Помимо страха смерти в современных условиях можно говорить о возникновении у школьников (и не только у подростков) такой исторически поздней формы страха, как страх не соответствовать ожиданиям значимых людей, как правило, родителей. В этом случае подростки особенно остро боятся не соответствовать созданному родителями образу, оказаться ниже «планки» их ожиданий.

Вследствие этого они боятся получить плохую отметку, испытывают постоянное напряжение, которое ведет к нарушению внимания, памяти и соответственно к ухудшению результатов учебы. Последнее еще более усиливает страх; далее следует цепная реакция. В этом случае успеваемость подростка сильно снижается. Родителям же эту ситуацию объяснить довольно трудно, так как они, как правило, очень любят своего ребенка, но не понимают, что он боится не наказания за плохую отметку, а своего несоответствия эталонному образу, созданному ими. Отметим, что такой страх более присущ ученикам престижных лицеев и гимназий, чем массовых школ.

Говоря об исторически поздних формах страха подростков, необходимо также отметить достаточно распространенный сегодня страх взросления, который проявляется в наличии инфантильного отношения к жизни: нежелания принимать ответственность, совершать самостоятельные выборы. О нем уже упоминалось ранее. Он связан с боязнью будущего, неуверенностью в завтрашнем дне как следствием нестабильности социально-экономического положения в стране. Точнее, такое воздействие оказывает не сама ситуация, а восприятие ее как угрожающей взрослыми, преимущественно родителями. Наблюдая за взрослыми, которые постоянно рассуждают об опасностях и необходимости усилий по «выживанию», некоторые подростки «отказываются» взрослеть.

Завершая обсуждение особенностей эмоциональной сферы подростков, можно сделать вывод, что это действительно трудный период и для них самих, и для взрослых, которым сложно сохранять эмоциональное равновесие, выбирая адекватные формы воздействия на своего ребенка. Подростки же должны «носить в себе клубок кипящих страстей» и учиться управлять ими.

### **Контрольные вопросы**

1. Какова специфика эмоционального реагирования подростков?
2. Какова функция агрессии у подростков?
3. Как взаимосвязаны агрессия и смех?
4. В чем заключается специфика депрессии у подростков?
5. Каковы функции одиночества?
6. Что может послужить причиной суицида?
7. Каковы особенности проявления суицидального поведения подростка?

## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ

Ценностные основы начинают складываться еще в дошкольном возрасте, но осознать и выразить их речевыми средствами дети могут впервые именно в подростковом возрасте. Определим сначала их содержание.

**Ценности** обычно понимаются двояко: во-первых, как атрибут, как ценность чего-то, а во-вторых, как объект или предмет, т.е. как нечто, ценное само по себе. В первом случае понятие «ценности» иногда используется тождественно понятиям «смысл», «значимость», «убеждения». В этом аспекте можно говорить о смысле жизни как необходимой для человека ценности, потеря которой является угрозой его психическому, а иногда и физическому благополучию. Одна из важнейших форм ценностей — это идеал. Ценность в качестве идеала переживается как объективно желательное положение вещей. Идеал видится как нечто недостижимое и непостижимое, но при этом линия поведения человека выстраивается в соответствии с тем, как он представляет этот идеал. Некоторые исследователи рассматривают понятие ценности как близкое понятиям потребности и мотива, считая, что ценность обладает реальной побудительной силой. Другие используют понятие ценностных ориентаций как основных элементов системы отношения человека к социальному миру, определяющих стратегию социальной жизни личности. Мы будем исходить из определения, в котором под ценностными ориентациями понимается оценочное отношение личности или группы к совокупности материальных и духовных благ как целей и средств для удовлетворения потребностей.

Большинство исследователей придают подростковому возрасту особое значение в формировании ценностей и ценностных ориентаций, и это понятно, так как формирующееся у подростков абстрактное мышление открывает перед ними новые возможности. Ж. Пиаже считал, что подросток получает способность рассуждать не только о реально существующих предметах и явлениях, но и о потенциально возможных, гипотетических. Кроме того, существенно расширяется его социальный опыт, который дает материалы для анализа ценностей и его последующего обобщения.

Как полагает Х. Ремшмидт (1994), ценности формируются посредством подражания и идентификации. С этим можно согласиться, имея в виду идентификацию не только с конкретными физическими лицами или социальными группами, но и с культурными и научными ценностями: например, подросток «впитывает» определенные ценности, читая книги, слушая музыку, знакомясь с произведениями художников, скульпторов и т. п.

Выделим определенную возрастную динамику в преобладающем влиянии разных источников на ценности подростка. Младший подросток ориентируется в основном на ценности, принятые группой сверстников. При этом ценности, предлагаемые семьей, могут отторгаться. В среднем подростковом возрасте преобладающее влияние начинают оказывать ценности общества в целом, транслируемые через средства массовой информации. В это время подросток начинает осваивать культурные ценности своего народа: литературу, музыку, театр и др. Перед старшим подростком встает проблема самоопределения, поэтому он вынужден не только формулировать для себя свои ценности, но и осуществлять их практическую реализацию в собственную жизнь.

Как видим, для подростков большое значение имеет присвоение культурных ценностей той общности, которую он признает своей. Однако этот процесс сопровождается значительными трудностями.

Одна из важнейших причин этого — разрушение так называемого «защитного пояса культуры». По концепции А. И. Ракитова, в структуру культуры входят ее «ядро» и «защитный пояс». Первый компонент выступает в роли своего рода «кладовой», где хранятся нормы, эталоны, правила, стандарты, системы ценностей, которые вырабатываются в реальной истории общества: этнические, профессиональные, религиозные. «Ядро» культуры окружено «защитным поясом», который «фильтрует» информацию из других культур, а также адаптирует достаточно неподвижное стабильное культурное «ядро» к изменениям социально-технологической среды. В России сегодня наблюдается столь мощная информационная экспансия со стороны культуры Запада, что «защитный пояс» не может ее выдержать. Тем более что за последнее столетие он был сильно расшатан резкими культурными переменами в нашей стране. Таким образом, культурное «ядро» — «кладовая норм и ценностей» — теряет свою целостность и стабильность.

Вследствие этого современному подростку неоткуда брать «материал» для построения собственной ценностной основы. Он оказывается одиноким в своем жизненном пространстве и практически без помощи общества должен выработать свою жизненную концепцию. Поэтому можно отметить возрастающую роль семьи в формировании ценностной основы у подростков. Однако семья может помочь подросткам выработать собственную ценностную

основу только в том случае, если имеет ее сама, а подростки готовы прислушиваться к мнению родителей. И наоборот, отсутствие или размытость ценностей у родителей затруднит нахождение подростками собственного ценностного пути.

Я бы хотел стать банкиром. Ты говоришь, что для этого надо много учиться, институт закончить? Не надо ля-ля разводить. Какая ты несовременная пионерка-комсомолка. Жизнь сейчас другая. ПТУшники на мерсах разъезжают с девочками, а ботаны физикой занимаются — лапу сосут. Я первое выбираю. Да и школу я не люблю. Вот стану богатым и подъеду на белом мерсе к школе, пусть директриса побесится! (Виктор, 14 лет).

В данной ситуации закономерно встает вопрос об истинности или ложности формирующихся у подростков ценностей. Понятно, что быть объективными при ответе на него довольно трудно. Как нам представляется, судить об истинности ценностей человека можно только в старости, если она, как и предыдущие жизненные периоды, наполнена смыслом, ощущением счастья и удовлетворенности жизнью. Поэтому, обсуждая ценности подростка, нужно мысленно представить всю его последующую жизнь, основанную на имеющихся ценностях, и гипотетически предположить итог его жизненного пути.

Какие же ценности могут привести к удовлетворенности жизнью в последующие возрастные периоды и к счастливой старости? По этому поводу существуют различные, на первый взгляд, точки зрения. Так, А. Маслоу (2002), рассматривая потребности человека как самоценности, в качестве высшей потребности называет самоактуализацию, т.е. движение в направлении спонтанного выражения всех своих внутренних ресурсов и возможностей, вносящее вклад в общий прогресс жизни на земле.

А В. Франкл (1999) выделяет ценности творчества, отношения и переживания.

Ценности творчества реализуются через умение человека внести творческое начало в любую деятельность, которой он занимается. Как говорил В. Франкл, «простой человек, который действительно выполнил конкретные задачи, поставленные перед ним профессией и семьей, несмотря на свою “маленькую” жизнь, достиг большего и стоит выше, чем, например, какой-нибудь большой государственный муж, во власти которого одним росчерком пера решать судьбы миллионов людей, но который, однако, принимает недобросовестные решения» (В. Франкл, 1999, с. 37 — 38).

Ценности переживания, согласно В. Франклу, реализуются в умении воспринимать красоту окружающего мира: природу, музыку и т.п., ощущать свое единство с ними, испытывать душевный трепет и принадлежность к вечному движению.

Наиболее сложными для понимания обычного человека могут оказаться ценности отношения, т.е. отношение человека к тем



аспектам своей судьбы, которые хотелось бы, но невозможно изменить, наличие мужества терпеливо, без зависти к окружению «нести свой крест», принимая ответственность за собственное бытие на самого себя. Причем, если возможности реализации ценностей творчества и переживания могут быть ограничены, всегда есть возможность реализовать ценности отношения.

Важно отметить, что реализовываться ценности должны посредством труда. Только каждодневный радостный труд переведет ценности из области мыслей в область действий, можно сказать, что он придаст им жизненную силу.

По нашему мнению, можно объединить взгляды А. Маслоу и В. Франкла, включив в них обобщенное понятие духовных ценностей. Очень важно, чтобы в подростковом возрасте сформировались в той или иной форме духовные ценности и соответственно духовные потребности.

Однако говорить о формировании ценностной основы мировоззрения подростков будет не совсем точно, поскольку ценности во многом выбираются самой личностью. Как отмечает А. Маслоу, «растущая личность смутно видит перечень исходов, из которых она выбирает в соответствии с существующими возможностями, культурным одобрением и неодобрением и т.д., и она постепенно создает себя (выбирая? В выборе?), например, решив стать врачом» (А. Маслоу, 2002, с. 144). Таким образом, очень важно, чтобы подросток ясно осознавал многообразие исходов человеческой жизни, реализуемых в соответствии с тем или другим человеческим сценарием. Например, если главную ценность для меня представляет мое самоутверждение, стремление к высокому социальному статусу, то что я буду иметь, идя по этому пути, в 30, 40, 60, 70 лет?

К сожалению, большинство людей не задумываются над долгосрочными исходами своей жизни. Подростки представляют себя вечно молодыми, к этому они так активно стремятся. В результате столь распространено сегодня острое протекание первой встречи человека с ограниченностью времени своей жизни в период кризиса «середины жизни», приводящее к глубоким депрессивным переживаниям. Но для того чтобы подростки имели возможность осознать перспективы своего жизненного пути, они должны обладать способностью к развитой рефлексии. В. Франкл отмечал, что для полноценного бытия человека необходимо осмысление им всех трех групп ценностей.

Итак, мы говорили о желаемых ценностных ориентациях подростков. Однако каковы они у современных подростков? Обратимся к исследованию О. Польской, выполненному под нашим руководством. С помощью методики М. Рокича исследовались ценности двух видов: терминальные (ценности-цели) и инструментальные (ценности-средства). Подросткам предлагалось проран-

жировать два списка ценностей, расположенных по мере убывания их значимости (всего 18): ценности-цели и ценности-средства. Оказалось, что среди основных ценностей-целей (1 — 14 места) старшеклассники придают первостепенное значение таким категориям, как здоровье, наличие друзей, любовь, уверенность в себе, а также счастливая семейная жизнь и материальная обеспеченность. Обращает на себя внимание тот факт, что среди второстепенных целей (15 — 18 места) они выделяют творчество, возможность приобщения к красоте природы и искусства, счастье и благополучие других. Таким образом, в полученной иерархии просматривается стойкая направленность на себя, на собственное благополучие. В исследовании И. В. Дубровиной (1989) получены противоположные результаты: ценность счастья и благополучия других занимали абсолютно первые места. В списке инструментальных ценностей первостепенное значение получили следующие ценности-средства: жизнерадостность, воспитанность, ответственность. Наименее ценными подростки считают непримиримость к своим и чужим недостаткам, высокие запросы, чуткость. По мнению современных старшеклассников, обладая чувством юмора, хорошими манерами, умением держать слово, будучи способным действовать самостоятельно, можно достигнуть таких особенно значимых ценностей, как здоровье, наличие друзей, уверенность в себе и т.п. Итак, можно сделать следующий вывод: в условиях кризиса сегодняшние старшеклассники рассчитывают, в основном, только на себя и заботятся прежде всего о личном благополучии. Таким образом, молодые люди, вступая в самостоятельную жизнь, имеют размытую ценностную основу и, следовательно, не обладают внутренними ресурсами для преодоления стрессовых ситуаций, сохранения душевного равновесия, обретения смысла жизни.

Ситуация осложняется еще и тем, что подростки сензитивны к восприятию ценностей, поэтому многие из них не способны критически относиться к ценностям, насаждаемым СМИ, и в частности пришедшим из западной культуры, например сейчас много дискуссий вызывает влияние на подростков такого праздника, как Хэллоуин. Безусловно, сам праздник ни при чем, но при отсутствии у подростков ценностной основы, а также знаний о традиционных национальных праздниках, может вызывать у них неадекватные реакции, а иногда и приводить к трагическим последствиям.

«В одной из московских школ после дискотеки, посвященной “празднику всех святых” (Хэллоуину), старшеклассники распяли вниз головой первоклассника, привязав руки и ноги веревками к решетке. Ребенок не мог кричать, он только тихо стонал, музыка все заглушила. Ребенок погиб от кровоизлияния в мозг. В другой школе учащиеся IX класса, навеселившись на Хэллоуине, реши-

ли продолжить «празднование» в одном из ближайших домов. Они поймали ученика IV класса и повесили на шарфе в лестничном пролете. Рядом с трупом нарисовали пентаграмму. Оставили свечи и тексты сатанинских заклинаний» ( Московский комсомолец, 23 ноября 2002 г.).

### **Контрольные вопросы**

1. Что такое ценности и ценностные ориентации?
2. Почему ценностные ориентации получают возможность активного развития в подростковом возрасте?
3. Каковы основные механизмы развития ценностных ориентаций?
4. Что может явиться критериями истинных и ложных ценностей?
5. Способны ли подростки к ценностям отношения?
6. В чем могут заключаться ценности творчества у подростков?
7. Как могут реализоваться у подростков ценности переживания?

## ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ПОДРОСТКОВ

### 9.1. Понятие «психологическое здоровье»

Мы рассмотрели основные линии развития подростков. Очевидно, что и у них самих, и у окружающих может возникнуть множество проблем. Следовательно, и подросткам, и взрослым нужна психологическая поддержка.

Определим цель психологической поддержки подростков как душевное, или психологическое, здоровье подростков. Сначала рассмотрим содержание этого понятия, а затем групповые и индивидуальные формы психологической поддержки подростков.

Прежде всего необходимо соотнести понятие «психологическое здоровье» со смежными понятиями: «здоровье» и «психическое здоровье».

Согласно с существующими определениями, здоровье понимается как такое динамическое равновесие организма с окружающей природой и социальной средой, при котором человек способен полноценно выполнять свои социальные функции. Тогда психическое здоровье нужно рассматривать как совокупность психических характеристик, обеспечивающих это динамическое равновесие. Таким образом, психически здоровый человек должен быть в целом адаптирован к успешному функционированию в социуме.

Что такое психологическое здоровье? Как известно, психологическое здоровье органически включено в личность и составляет одну из ее важнейших характеристик. Основу психологического здоровья составляет полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза, включающее гармоничные взаимоотношения между человеком и средой, а также между различными аспектами человеческого «Я» — рациональным и эмоциональным, разумом и интуицией и т. п. Исходя из этих рассуждений, **психологическое здоровье** можно определить как динамическую совокупность психических свойств, обеспечивающих:

- а) гармонию между различными аспектами внутреннего мира человека, а также между человеком и обществом;
- б) возможность как полноценного функционирования человека, так и его развития в процессе жизнедеятельности.

Уточним понятие *развитие*. Прежде всего следует подчеркнуть, что оно не идентично понятию «изменение». Развитие предполагает не только отсутствие застоя и движение, но и наличие цели, определяющей последовательное накопление человеком позитивных новообразований. Безусловно, вопрос о цели развития человека сегодня является одним из наиболее спорных и решается по-разному в зависимости от принадлежности авторов к той или иной психологической школе. Возможно, этот вопрос выходит за рамки психологии и должен рассматриваться в междисциплинарном контексте. Мы полагаем, что в качестве цели развития можно принять выполнение человеком своей жизненной задачи. Под последней будем понимать нахождение своего собственного уникального пути, идя по которому можно добиться реализации собственных возможностей для обеспечения прогресса в мире в целом.

Таким образом, становится понятным, что ключевое слово, характеризующее психологическое здоровье, — это *гармония* как в отношениях человека с самим собой, так и с окружающей средой: другими людьми, природой, космосом.

Основываясь на взглядах психологов гуманистического направления, а также на собственном опыте практической работы с людьми разного возраста, можно заключить, что обобщенная модель психологического здоровья должна включать аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.

*Аксиологический компонент* содержательно представлен ценностями «Я» самого человека и «Я» других людей. Он отражает осознание человеком ценности, уникальности себя, окружающих, идентификацию как с живыми, так и с неживыми объектами, единство с миром во всей полноте. Из этого следует наличие позитивного образа «Я», т.е. абсолютное принятия человеком как самого себя, так и других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т.п.; глубокого убеждения о ценности человеческой жизни как своей, так и чужой. Безусловной предпосылкой этого является личностная целостность, а также умение принять свое «темное начало» и вступить с ним в диалог. Кроме того, необходимыми качествами являются умение разглядеть в каждом из окружающих «светлое начало», даже если оно не сразу заметно, и по возможности взаимодействовать именно с ним, давая в то же время право на существование «темного начала» в другом, так же, как и в себе.

*Инструментальный компонент* предполагает владение человеком рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими. Этому соответствует умение человека понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, возможность свободного и

открытого проявления чувств без причинения вреда другим, осознание причин и последствий как своего поведения, так и поведения окружающих.

*Потребностно-мотивационный компонент* определяет наличие у человека потребности в саморазвитии, т.е. в самоизменении и личностном росте. Это означает, что человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, выступающий двигателем его развития. Он полностью принимает ответственность за свою жизнь и становится «автором собственной биографии».

Итак, мы определили содержание понятия психологического здоровья и его структуру. Теперь можно перейти к обсуждению организации групповой и индивидуальной психологической поддержки подростков.

## **9.2. Групповая работа с подростками**

Как уже говорилось, подростковый возраст является критическим периодом в жизни человека. Поскольку современная система воспитания не включает инициационных обрядов, помогающих подросткам успешно преодолеть этот сложный период, их необходимо включить в групповые занятия психопрофилактической направленности.

Программа групповых занятий должна обеспечить, с одной стороны, формирование психологического здоровья в соответствии с его трехкомпонентной структурой, выделенной нами ранее, с другой стороны, выполнение возрастных задач развития. Соответственно можно рассматривать такие основные направления групповой работы с подростками, как формирование аксиологического, инструментального, потребностно-мотивационного и развивающего.

Аксиологическое направление должно способствовать формированию умения принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление — формированию умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. формированию личностной рефлексии. Потребностно-мотивационное направление — прежде всего формированию умения сделать выбор, принять за него ответственность, а также формированию потребности в самоизменении и личностном росте.

Очевидно, что развивающее направление будет отличаться своим содержанием при работе с учениками разных классов. Но в целом оно должно обеспечить формирование к концу подросткового возраста следующих основных новообразований: эго-иден-



тичности, половой идентичности и личностного самоопределения. При этом под эго-идентичностью (Э.Эриксон) понимается ощущение собственной целостности, активности и жизненной силы, осознание собственной ценности и компетентности. Половая идентичность, как уже говорилось, — это представление о своем сексуальном поведении и сексуальной позиции. Личностное самоопределение, связывается с формированием внутренней позиции взрослого человека, с осознанием себя как члена общества с необходимостью самому решать проблемы своего будущего (Л.И.Божович).

Рассмотрим основные методические средства, которые можно использовать для конструирования групповых занятий.

### **9.2.1. Ролевые игры**

Такие игры основываются на понимании развития человека как ролевого. При этом под ролью понимается функциональная форма, принимаемая индивидом при реакции на ситуацию, в которой присутствуют другие индивиды. Общеизвестно, что для обеспечения психологического здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей и подростков обычно относят ролевую ригидность (неумение переходить из роли в роль), ролевую аморфность (неумение принимать любую роль), отсутствие ролевой креативности (неумение продуцировать новые образы, принятие патологических ролей, например таких, как «козел отпущения» или «классный шут»).

Соответственно ролевые игры предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном, варианте.

Ролевые игры можно разделить на две подгруппы: ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и ролевые ситуации.

В работе с подростками чаще используются ролевые образы, основой которых является принятие социальных и семейных ролей (учителя, директора, друзей и недругов, мамы, бабушки и т.п.), а также ролей неодушевленных предметов (стола, шкафа, машины, лодки и т.п.). Роль изображается при помощи мимики и жестов, может озвучиваться.

Ролевые ситуации релевантны тем случаям, которые характерны для реальной (и значимой) деятельности подростков. Учащиеся ставятся перед необходимостью изменить свои установки. Тем самым создаются условия для формирования новых, более эффективных коммуникативных навыков.

Приведем примеры упражнений из этой группы.

**«Мое поведение в конфликте».** Подростки делятся на пары, в которых они принимают роли разных предметов (предъявляются карточки: стол и солонка, вилка и ложка, парта и пенал, алая губная помада и синие тени и т.п.). Разыгрываются конфликты. Обсуждается, кто из ребят как себя проявлял в конфликте: наступал или оборонялся?

**«Как разрешаются конфликты».** Ведущий задает учащимся конфликтные ситуации, а они, разделившись на три команды, придумывают и проигрывают варианты их продолжения: наступление, обсуждение, отступление.

Примеры конкретных ситуаций:

1. Учительница Нина Петровна сделала Толе несправедливое замечание.

2. Мама лишила Толю на неделю компьютера за несправедливое замечание в дневнике.

3. Ваня подговорил ребят обстрелять Толю на прогулке горохом из трубочек.

**«Как общаться между собой».** Выполнение предваряется следующей беседой.

«Все наше общество состоит из мужчин и женщин. Взаимодействие начинается с самого рождения: сначала с родителями, с братьями, сестрами, затем в детском саду, в школе. Вот тут и начинается самое интересное. Чем старше вы становитесь, тем лучше понимаете, кто вам нравится, кто — нет, с кем бы вы хотели дружить, а с кем — нет, а к VI—VII классу вы уже точно определяете свои симпатии и антипатии. И чем старше вы становитесь, тем больше возникает вопросов: можно ли дружить мальчикам и девочкам в вашем возрасте, а что скажут окружающие, как реагировать на это, как самому начать дружбу и многие другие вопросы. А чтобы лучше всего понять человека, нужно представить себя на его месте, хотя бы только в игре. Ведь в игре можно проиграть самые невероятные ситуации, придумать всевозможные решения, которые могут помочь в дальнейшем».

Далее подросткам предлагается ролевое проигрывание ситуаций (роль мальчика исполняет девочка, а роль девочки — мальчик).

Ситуации:

1. Мальчику нравится девочка, и он хочет пригласить ее на свой день рождения, где будут и другие ребята и девочки. Она не хочет идти. Ей надо отказать так, чтобы он не обиделся.

2. Мальчик хочет сидеть с девочкой за одной партой. Как ему сказать ей об этом?

3. У девочки есть два билета на концерт популярной группы (варианты) и она хочет пойти на него с понравившимся мальчиком. Как его пригласить?

(При разыгрывании сценок предлагается переодевание, изменение голоса и т.п.)

**«Общение с родителями».** Подросткам предлагаются ситуации для разыгрывания по ролям. Задача: подростки и родители должны прийти к общему мнению.

Ситуации:

1. Ты уходишь к другу смотреть новый фильм или играть в новую игру и рассчитываешь прийти домой не раньше 21.00. Но при выходе натыкаешься на отца или на маму, и они говорят, что ты должен быть дома не позже 18.00, иначе не видать тебе компьютера на день рождения.

2. Родители говорят, что ты ничего не делаешь по дому, и они решили, что ты отныне по выходным будешь мыть посуду. А ты этого терпеть не можешь.

3. Родители заставляют убирать в комнате каждый день.

**«Взросление — это новые роли».** Упражнение начинается с рассказа ведущего о том, что период взросления очень важен (многие ученые разрабатывали теории взросления), и задача сегодняшнего дня — поговорить о взрослении как о периоде овладения новыми ролями.

Затем подросткам предлагается собрать «корзинки» известных им семейных, социальных, половых ролей.

Далее подросткам предлагается побыть в некоторых ситуациях в различных ролях.

Ситуации:

1. Войди в кабинет директора в роли ученика, учителя, родителя и т. п.

2. Сказать: «Как ты хорошо выглядишь» из роли директора школы, куратора, сверстника.

После этого ведущий рассказывает о типичных ролевых нарушениях: неумении принимать различные по содержанию и статусу роли, неумении продуцировать новые роли, слиянии человека с ролью. Приводятся и обсуждаются примеры. Затем подростки получают карточки с типичными ролями школьников («Классный шут», «Рубаха-парень», «Козел-отпущения»), показывают их, а остальные должны угадать их.

### 9.2.2. Психогимнастические игры

Эти игры основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Такие изменения могут происходить в состоянии группы как целого, а также в состояниях и характеристиках отдельных ее участников. Однако для формирования психологического здоровья изменения, предусматриваемые социально-психологическим тренингом, являются недостаточными и не соответствуют возрастным особенностям детей. Поскольку важ-

нейшие изменения — это формирование самопринятия и принятия других людей, то для их упорядочивания нами была выбрана структура самосознания личности, согласно которой в самосознании выделяется имя человека, притязание на социальное признание, психологическое время личности (ее прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство (ее права и обязанности) (В.С. Мухина, 1998). Таким образом, в психогимнастических играх у подростков формируются следующие составляющие самосознания:

- принятие своего имени;
- принятие качеств своего характера;
- принятие своего прошлого, настоящего, будущего;
- принятие своих прав и обязанностей.

Приведем примеры упражнений из этой группы.

**«Ласковое имя».** Участники должны вспомнить, как их ласково зовут дома. Затем они бросают друг другу мячик. Тот, к кому мячик попадет, называет одно или несколько своих ласковых имен. Кроме того, нужно запоминать, кто кому бросил мячик. Когда все подростки назовут свои ласковые имена, мячик пойдет в обратную сторону. Нужно постараться не перепутать и бросить мяч тому, кто в первый раз бросил вам, а кроме того, произнести его ласковое имя.

**«Имя превратилось...»** Участники представляют себе Страну имен, в которой все имена превратились в названия животных (растений), и придумывают, в какое название животного (растения) могло бы превратиться их собственное имя.

**«Рисунок имени».** Участники представляют, что каждый из них стал известным мореплавателем или врачом, ученым или писателем. И уже при жизни решено за большие заслуги перед людьми поставить ему памятник, а на нем написать имя и украсить его интересными рисунками. Подростки придумывают рисунки к своим именам, а затем в альбомах выполняют их рядом с красиво написанным именем.

**«Я горжусь...»** Подростки закрывают глаза, а ведущий просит их представить лист бумаги, на котором красивыми большими буквами написано: «Я горжусь, что я...» После того как дети внимательно рассмотрят красивые буквы, ведущий предлагает им мысленно «дописать» это предложение, а затем рассказать группе, что удалось дописать.

**«Мы — родители».** Подростки должны представить, что превратились в родителей, которые очень любят своего ребенка, хотят, чтобы он был хорошим, и поэтому дают ему советы, каким ему следует быть. Каждый последующий «родитель» отрицает совет предыдущего и дает свой совет.

Примеры:

1. Будь всегда честной.

2. Не надо быть всегда честной, а то скажешь что-нибудь не так и можешь обидеть окружающих. Будь всегда веселой.

Далее выбирают одного из ребят на роль воспитуемого, его сажают в центр круга и по очереди дают ему советы. В конце можно обсудить чувства подростков в обеих ролях.

**«Я в будущем».** Один из участников выходит к доске, а ведущий, обращаясь к нему по имени и отчеству, берет у него интервью, спрашивает, кем он работает, что делает, как ему удалось добиться такой интересной работы, легко ли было ему учиться и т. п.

**«Я в настоящем, я в будущем».** Лист бумаги делится на две части, подросткам предлагается изобразить себя в настоящем и будущем.

**«Хочу в будущем — делаю сейчас».** Ведущий говорит о том, что будущее начинается на самом деле в настоящем. Чтобы получить что-то в будущем, надо действовать уже сейчас. Затем он бросает ребятам мячик, называет тот или иной элемент будущего, они придумывают, что для этого нужно делать прямо сейчас. Например, «В будущем я — директор фирмы», «Сейчас я стараюсь хорошо учиться, не отступать перед трудностями» и т. п.

### 9.2.3. Коммуникативные игры

Коммуникативные игры делятся на три группы: 1) направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»; 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения; 3) игры, обучающие умению сотрудничать. Приведем примеры упражнений.

**«Мне в тебе нравится...»** Ведущий задумывает какое-то качество, которое ему нравится в подростке и прикасается к нему, пытаясь таким образом передать задуманное качество. Подросток должен угадать, какие качества задуманы (можно привлечь к угадыванию всю группу). Затем водящими становятся сами подростки. При последующих выполнениях задуманные качества можно передавать взглядом.

**«Волшебное зеркало».** Подросткам нужно представить, что в классе появилось волшебное зеркало, в котором все ранее не заметные достоинства человека становятся видимыми и яркими. Затем предлагается посмотреть в него, постараться увидеть по очереди каждого участника и разглядеть в зеркале все сильные стороны, за которые его уважают родители, учителя, друзья.

**«Строим автомобиль».** Группе предлагается построить автомобиль, в котором каждый из подростков будет какой-либо его частью (мотором, тормозом и т. д.). После этого автомобиль изображается в движении.

**«Кто может быть другом».** Подростки обсуждают пословицу: «для того чтобы иметь друзей, надо уметь самому быть другом». Делается вывод: друзья сами не появляются, сохранить дружбу — огромный труд. Затем каждый участник записывает три качества, которыми должен обладать друг. Все эти выводы пишутся на большом листе, определяется наиболее предпочитаемое (почему?) качество. Подросткам предлагается определить, какими качествами обладают они, каких недостает (вслух можно не говорить).

**«Трудности в дружбе».** Проводится коллективное обсуждение рассказов подростков, ищутся выходы из этих ситуаций.

Ситуации:

1. «У меня много друзей. Я легко схожусь с ребятами и девчонками, умею их слушать и сопереживать, могу дать дельный совет, я веселая, шучу и это очень многим нравится — они ко мне тянутся. Но ведь я тоже человек и мне тоже надо кому-то иногда «поплакаться в жилетку», но, к сожалению, нет такой подруги рядом, а я не могу рассказывать, как некоторые, направо и налево о своих проблемах. И иногда я чувствую себя ужасно одинокой, даже плачу. Как же мне быть?»

2. «До V класса у меня было много друзей, у нас был очень большой и дружный класс. А потом наша семья переехала в другой город. Все лето я переживал, как же я пойду в новую школу? Когда я пришел в новый класс, ребята приняли меня хорошо, в классе были еще новенькие. Я немного успокоился. Но чувствую себя одиноко, так как не нашел себе настоящего друга, хотя прошел уже целый год».

**«Крутой подросток».** Подростки выполняют рисунок на тему «Крутой подросток». Затем обсуждают эту тему.

При обсуждении используются следующие вопросы:

1. Что такое «крутость»?
2. Почему многим подросткам хочется быть и выглядеть «крутыми»?
3. Можно ли быть «крутым», если ты не пьешь и не куришь?

#### **9.2.4. Игры, направленные на развитие воображения**

Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры.

Вербальные игры представляют собой либо придумывание подростками окончания к той или иной необычной ситуации (что произойдет, если учительница припрыгает в класс на одной ножке), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

В невербальных играх подростки должны изобразить по-разному (как можно интереснее) то или иное живое существо или неживой предмет, т. е. эти игры в какой-то степени пересекаются с ролевыми.



Приведем примеры таких игр.

**«Покажи без слов».** Подросткам закрывают лица шарфом и просят жестами показать ситуацию.

Примеры ситуаций:

1. Завтра не будет математики.
2. Дай списать!
3. Хочу кушать.
4. Давай прогуляем урок?
5. У меня скоро день рождения.
6. Завтра будет дискотека.

**«Школа клоунов».** Одному из участников (или в паре) предлагается рассмешить всех остальных с помощью мимики (можно использовать жесты, но нежелательно). Потом выбираются и награждаются лучшие «клоуны» в группе.

**«Знаешь ли ты своих учителей».** Подросткам предлагается вспомнить какое-нибудь типичное телодвижение одного из педагогов школы, показать его, а остальные должны угадать, какой педагог был загадан.

### 9.2.5. Задания с использованием терапевтических метафор

Главная особенность саморазвития заключается в том, что личность берет на себя ответственность за свое развитие. Для этого необходимо, чтобы у человека присутствовало знание о своих ресурсах и доступ к ним. Наиболее эффективно для этого использовать терапевтические метафоры, поскольку уже в самой их структуре заложено обращение к ресурсам. Обычно выделяют следующие компоненты терапевтической метафоры:

— метафорический конфликт или появление ситуации, в которой герою становится плохо из-за имеющейся у него проблемы (непохожести на других, наличия страхов и т. п.);

— метафорический кризис (наступление невыносимой для героя ситуации, несущей символику смерти);

— поиск и нахождение ресурсов внутри себя (открытие в себе новых возможностей, необходимых для разрешения кризиса);

— торжество и праздник (приход ситуации успеха, признание со стороны окружающих).

Обычно метафоры соответствуют тому или иному симптому и трудной ситуации. Мы же полагаем, что помимо снятия симптомов и разрешения трудных ситуаций систематическое предъявление подросткам метафор способствует усвоению ими основной идеи каждой метафоры: в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху. Таким образом, у подростка формируется «механизм самопомощи» — «ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдешь и ты наверняка победишь трудности». При-

ведем пример терапевтической метафоры для подростков V—VI классов.

**Сказка «Лети вверх, Соня».** Эта история произошла в те давние времена, когда люди умели летать. Ну и уж, конечно, умели летать не так, как курицы или наши городские голуби, еле отрываясь от земли. Люди летали, как чайки, — стремительно и самозабвенно. Но как же они учились этому? Вот об этом я сейчас расскажу.

Соня тоже не знала, что ей делать, чтобы летать, хотя часто во сне она видела себя парящей над озерами, реками, лесами и полями. И вот пришло время, и ее привели к учителю. Это был очень старый учитель, почему-то похожий на мальчика, излучавший удивительную теплоту и покой. «Хочешь ли ты летать, Соня? — спросил он. — Хорошенько подумай, прежде чем дать ответ. На земле есть у тебя все: игры, сладости, красивые вещи. На земле тебе некуда падать. А летать может быть опасно. И тем опаснее, чем быстрее и выше ты полетишь. И еще ты должна захотеть очень, очень сильно, чтобы твое “хочу” превратилось в жесткий луч, пробивающий все преграды». — «Очень хочу», — сказала Соня.

Учитель внимательно посмотрел в ее глаза и согласился. «Да, теперь ты очень хочешь, пойдем со мной». Он взял ее руку в свою, мягкую и теплую, и повел по винтовой лестнице куда-то вверх. И когда у Сони уже совсем закружилась голова от бесконечных поворотов, они вышли на узенькую площадку на вершине башни. С нее был виден город, маленькие люди, спешащие в автобусы, далекое озеро и горы.

— Лети, Соня, — сказал учитель, — ты захотела летать, теперь поверь, что можешь это сделать.

— Боюсь, — прошептала Соня.

— Боишься, значит не веришь.

И Соня вдруг поняла, что она действительно верит, потому что... потому что не может быть по-другому, потому что она должна лететь. Она спрыгнула с площадки и, падая, услышала сильный голос:

— А теперь старайся, Соня. Очень старайся. Сильно старайся, Соня.

И Соня замахала всем, чем могла. Падение приостановилось. А потом махать уже стало не нужным. Что-то щелкнуло внутри, и открылась неведомая ранее сила. Соня полетела над городом и автобусами, над озером, к горам. С тех пор она летала часто и много. Иногда падала. Но вспоминала тогда слова учителя: хотеть, верить, стараться. И стремилась снова к свету, к радости, к полету.

#### **9.2.6. Задания на формирование «эмоциональной грамотности»**

Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жесту, голосу; умению принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

Для того чтобы понять, как необходимы данные умения, обратимся к рассмотрению феномена алекситимии как предпосылке психосоматических расстройств. Сегодня алекситимия понимается в пер-

вую очередь как неспособность человека к выражению и описанию в словах своих внутренних переживаний, неспособность к дифференциации чувств и телесных ощущений, недостаточность воображения, ригидность. Приведем примеры упражнений из этой группы.

**«Незаконченные предложения».** Подросткам предлагается закончить следующие предложения:

- Я чувствую напряжение, когда...
- Я чувствую раздражение, когда...
- Мне спокойно...
- Мне стыдно...
- Мне страшно...
- Мне радостно...
- Мне приятно...
- Мне грустно...

**«Отгадай чувство».** Подросткам предлагается продемонстрировать и распознать следующие эмоции и чувства: радость, огорчение, восторг, страх, отвага, скука, негодование, восхищение, скорбь, любовь, ненависть, ужас, стыд, волнение (дети предлагают свои варианты чувств и эмоций). Каждый выбирает и показывает с помощью мимики, жестов какое-нибудь чувство или эмоцию. Остальные отгадывают, а затем называют и показывают противоположную пару (радость — горе, страх — отвага и т. д.).

**«Копилка эмоциональных реакций».** Учащимся предлагается вспомнить любые провоцирующие фразы, например: «Выйди вон», «Ты — дурак бестолковый»; необходимо указать всевозможные ответные реакции: крик, слезы, смех и т. д. Таким образом, набирается «копилка» эмоциональных реакций.

**«Что чувствует Катя».** Ведущий предьявляет ситуацию: «Денис и Катя договорились встретиться после школы и пойти на дискотеку. Катя пришла домой, сообщила о предстоящем вечере родителям, на что мама сказала: «Никуда ты не пойдешь. Я запрещаю!» Разыгрываются типы реагирования из «копилки», и затем предлагается выбрать наиболее успешный вариант, в котором отсутствуют чувства обиды, вины, жалости к себе и т. п.

**«Как справиться со стрессом».** Упражнение начинается с сообщения ведущего о том, что 2/3 населения промышленно развитых урбанизированных стран умирает от последствий стресса. Предлагается подумать, что такое стресс (подростки приводят собственные примеры). Вводятся понятия о стадиях стресса: адаптация, истощение жизненной энергии, а также о стрессорах внешних (холод, шум и т. д.) и внутренних (эмоциональные внутренние состояния: гнев, страх). Далее подросткам предлагается придумать и разыграть этюд: «Мышки на уроке у учителя-кота», затем поделиться чувствами.

После этого учащиеся коллективно собирают «копилку» типичных стрессовых ситуаций школьников. После обсуждения де-

ляется вывод, что учеба в школе сопровождается большим количеством стрессовых ситуаций, поэтому необходимо научиться справляться со стрессом.

В конце предлагается придумать эмблему «Осторожно, стресс!».

**«Учимся справляться со стрессом».** Учащиеся делятся на три команды и получают задание придумать и разыграть яркую стрессовую ситуацию в школе, дома, на улице. Далее они сочиняют сказку про антистрессовую палочку: «повернешь ее налево три раза — жизнь пойдет как по маслу, стрессов не будет».

Обсудив результаты первого и второго упражнений, учащиеся делают вывод, что стресс не всегда приводит к отрицательным последствиям и полная свобода от стресса означает смерть.

### 9.2.7. Когнитивные методы

Основываются на утверждении о каузальной функции когнитивных факторов при возникновении эмоциональных расстройств. Исходя из этого, необходим пересмотр мышления, освобождение его от иррациональных убеждений, т.е. «умственного мусора», который вызывает эмоциональную боль. Большинство авторов, работающих в русле когнитивной терапии, полагают, что наиболее важным является освобождение человека от абсолютистского мышления, содержащего убеждение о том, что люди и весь мир должны принадлежать индивиду или же, наоборот, сам индивид должен полностью принадлежать окружающим.

Приведем пример упражнения для освобождения от абсолютистского мышления.

**«Педсовет».** Подросткам предлагается представить педсовет учеников: они сидят и обсуждают, каким должен быть и каким не должен быть учитель. И ученики тоже спорят и не соглашаются друг с другом. Участники игры должны описать поведение учителей по схеме «должен — не должен».

Примеры описаний:

1. Учитель должен всегда говорить спокойным голосом, не кричать.

2. Учитель не должен всегда говорить спокойным голосом, потому что дети не будут его слушаться. Учитель должен быть веселым.

### 9.2.8. Дискуссионные методы

Одним из ведущих методов, используемых в социально-психологическом тренинге, является групповая дискуссия. Она позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему.

**«Влюбленность и любовь».** Упражнение начинается с обсуждения следующих вопросов:

1. Влюбленность и любовь. В чем разница?
2. Хорошо это или плохо?
3. В каком возрасте можно любить? Влюбляться?
4. Когда это помогает, а когда мешает?
5. В кого можно влюбиться (певцы, артисты, старшеклассники, соседи и т.д.)?

Далее подросткам предлагается представить себя психологами и просят разобраться в таких ситуациях:

1. «Я еще ни разу не танцевала с парнем медленный танец, а ведь мне уже 14 лет. Так обидно! Все мои подруги пользуются успехом, а я ничуть не хуже. Поздравила одного мальчика с Днем Святого Валентина, так он перестал смотреть на меня. Может, мне самой сделать первый шаг? Почему они такие нерешительные?»

2. «Мне уже 14. Я учился до этого года в обычной школе, а сейчас перешел в гимназию. У меня с ребятами все в порядке, нормальные парни, да и девчонки тоже. Я подружился с одним, и у него уже есть девчонка, она учится в параллельном классе. Он говорит, что уже у многих есть девчонки, что это нормально. Я не очень решительный, так подойти не смогу. Да вообще-то и не знаю, надо ли мне сейчас с кем-то встречаться?»

3. «Подруги говорят, что мне нужно срочно учиться целоваться взасос, а то опоздаю. А мне просто так не хочется. Что делать?»

**«Кто я: ребенок или взрослый».** На доске чертится таблица (на три колонки: Ребенок — Подросток — Взрослый), и подросткам предлагается в течение 3—5 минут заполнить колонки Ребенок—Взрослый, т.е. определить, что отличает взрослого от ребенка? Что характерно для ребенка и для взрослого?

Далее заполняется средняя колонка и делается вывод о том, что многие черты ребенка и взрослого характерны для подростка.

Делается вывод о том, что подросток находится на переходном этапе от детства к взрослости.

Зачитываются выдержки из протокола беседы с родителями, затем обсуждается вопрос: «В чем заключается взрослость (признаки взросления)?»

Знаете, что-то стало происходить, я сама толком-то разобраться не могу. До недавних пор было все нормально, ну... понимаете... вроде бы и слушался меня, не огрызался... Я раньше и слова поперек не слышала в свою сторону... ну, там, к примеру, ведро мусорное вынести — пожалуйста, посуду помыть — тоже не сложно. А сейчас, ну ни в какую, даже иногда до ругани доходит. Нет, ну ведь мог бы сказать: «Мам, давай ты помоешь посуду сейчас, а я в следующий раз». Да я бы и не возражала. А то ведь: «Не буду». Да еще и так грубо. Бурчит и уходит. Не было такого раньше. Вот как только завелись его дружки... Я сразу поняла, что ему с ними нельзя общаться, он от них ничему хорошему не наберется. Я же мать, я должна

спасти своего мальчика. Так он даже этого не хочет слушать... У него свой письменный стол, стул, диван, столик для музыкального центра, плакаты иногда появляются, но я против. Он ведь на скотч их лепит к обоям, а они от этого портятся. Да и если бы были плакаты нормальные, а то черепа все, да монстры какие-то... Хочу, чтобы стал он, как прежде, чтобы слушался, не грубил, чтобы все было, как раньше...»

Далее делается попытка определить взгляд родителей (мамы) на «взрослость» («чтобы слушался... все делал») и зачитывается мнение сына.

Да че она мной командует, я ведь уже не маленький. Взрослым меня не считает. Если бы считала, то не приставала бы со всякими глупостями. Обвиняет частенько незаконно в проступках каких-то. Пришел я домой вечером с опозданием на 15 минут, а она на меня расшумелась, отец тоже влез и говорит: «Совести у тебя нет, мы сидим, переживаем, у матери сердце больное, а ты... ты говоришь, что взрослый уже, а сам не отвечаешь за свои поступки». Ну разве это взрослость? Взрослость заключается в самостоятельности. Захотел опоздать на 10 мин — опоздал, захотел — пришел раньше. Да я еще терпеть не могу, когда они напирают на совесть и на взрослость, да еще на больное сердце матери... Подумаешь, может, у меня тоже сердце болит. Конечно, мне ее жалко, я не хочу, чтобы с ней что-то случилось, но ведь так тоже нельзя... С друзьями у меня все в порядке. Они клевые, правда мама их не любит. Все уши мне проела, что общаться с ними нельзя. Я сам на себе хочу все испытать... Взрослый — это такой самостоятельный, заботливый, отзывчивый, порядочный, с деньгами, умный, наверное, честный, трудолюбивый...

Ребята определяют свое отношение к понятию «взрослость».

**«Чужие проблемы».** Ведущий читает или рассказывает заранее подготовленный отрывок из протокола беседы с одним из подростков и предлагает ребятам сначала сформулировать его проблему, затем подумать о возможных способах ее разрешения. В качестве возможного примера приведем отрывок из протокола беседы с девочкой 15 лет.

— Твоя мама говорит, что ты стала замкнутой, не разговариваешь с ней.

— А чего веселиться? Ну и пристаёт она все время со своими глупыми вопросами: «Как у тебя дела? Что нового?» Что я могу ответить, когда в школе каждый день одно и то же, ничего нового. У девчонок одни разговоры: одежда, косметика, парни. Кто какой прикид купил, кто с кем ходит, кто с кем расстался.

— А тебя это совсем не волнует?

— Ну, волнует, меня и на дискотеки приглашают девчонки, конечно, из вежливости, но я отказываюсь. Вернее, все равно мама не пустит, да и идти мне не в чем. Вернее, у меня все есть, но сидит как-то ужасно. Я знаю, что если я оденусь, как они, выглядеть буду глупо, да и не идет это мне.

— Это тебе мама так говорит?

— Я и сама знаю. Разве сложно догадаться, сто́ит в зеркало на себя посмотреть... Кому я нужна такая...



**«Чужие письма».** Это задание является модификацией задания «Чужие проблемы», т.е. имеет форму письма одного подростка другому. Здесь можно провести не только обсуждение проблем, имеющих в письме, но и предложить ребятам написать ответ этому подростку. Написанные ответы также можно потом обсудить. Приведем пример такого письма и ответа.

Дорогая подружка, что мне делать? Мне уже 14 лет. У всех моих подружек есть молодые люди. А в мою сторону ребята даже не смотрят. Я пробовала все: крашусь так же, как мои подруги. Одеваюсь по моде, выливаю на себя полфлакона духов, но все бесполезно. Наверное, я страшная и никому не нужна.

Привет, Машуха! По-моему, это не та проблема, о которой можно так волноваться. Мой совет: будь самой собой. Не уподобляйся остальным девчонкам, будь индивидуальностью. Совсем не обязательно краситься, словно индеец, вышедший на тропу войны, и надевать суперкороткие юбки, только чтобы обратить на себя внимание ребят. Дай всем понять, что ты веселая, общительная, эрудированная девушка, с которой можно интересно провести время. Очень скоро ты увидишь, что это намного важнее, чем быть просто суперсекси девчонкой. И запомни, что в каждом человеке есть что-то, чего нет больше ни у кого, у каждого своя изюминка. Найди ее в себе, и будь уверена, что другие тоже ее обязательно заметят и будут тебя за нее ценить.

Подводя итоги описанию групповых занятий с подростками, можно сделать вывод, что основой таких занятий должно быть обучение жизненно важным навыкам или психосоциальной компетентности — способности индивида к сохранению состояния психического благополучия и ее проявлению в гибком и адекватном поведении во взаимодействии с внешним миром. Включение подростков в такие занятия будет способствовать не только сохранению их психологического здоровья, но и улучшению учебной мотивации, повышению работоспособности, стабилизации внимания и памяти, а также снижению риска наркомании и алкоголизма.

Встает вопрос, кто может вести данные занятия? Мы полагаем, что это способен делать школьный психолог и любой учитель, проявляющий интерес к внутреннему миру своих учеников.

### **9.3. Индивидуальная поддержка подростков**

Основную форму индивидуальной поддержки принято называть *психологическим консультированием*. Консультирование подростков основывается преимущественно на применении методов разговорной терапии, т.е. именно разговор, а не игра, как в консультировании у дошкольников и младших школьников, служит средством для устранения нарушений психологического здоровья.

При этом особое значение приобретают такие аспекты взаимоотношений между подростком и консультантом, как полное принятие подростка таким, как он есть, умение консультанта проявлять эмпатию и быть самим собой (конгруэнтность). Подросток очень четко чувствует любую фальшь в поведении взрослых, поэтому только абсолютная правдивость самого консультанта поможет установить контакт.

Кроме того, нужно иметь в виду, что подросткам присуще «черно-белое мышление», т. е. чаще всего они видят крайности во всем, не замечая полутонов, излишне категоричны.

Я одновременно добрый и злой, умный и глупый, плохой и хороший. И так до бесконечности, как у Державина: «Я царь — я раб, я червь — я Бог» (Борис, 14 лет).

Необходимо также учитывать такое типично подростковое явление, как размывание представления о себе. Об этом уже говорилось при описании кризиса идентичности. Подросток еще не очень хорошо знаком со своим новым «Я», затрудняется при его описании.

Ты хотел узнать, какой я? А я и сам не знаю это, только в слова ухожу. Знаешь, сейчас вообще очень трудно описывать себя. Когда я был ребенком, все было очень просто: вот родители, они заботливы и ласковы; вот школа, здесь обучают; двор, где проводишь все свободное время в песочнице или на качелях. Все предельно ясно, а сейчас — нет. Откуда-то взялось желание просто начать жить. Однако каким мне придется жить, я не знаю (Антон, 14 лет).

Меня не за что любить. Чтобы любили, надо быть веселой, умной, красивой, доброй. Всех этих качеств, как и многих других, у меня нет. У меня все наоборот: я угрюмая, замкнутая, невзрачная, полная эгоистка и чудовищно ленивая. У меня и постоянного занятия тоже нет. Кидаюсь то к одному, то к другому, стараюсь хоть как-то скрасить жизнь. И итальянский, и «музыкалка», и бассейн, и стихи пытаюсь писать. Надоело все, не хочу (Оля, 16 лет).

Консультирование подростков осуществляется в соответствии с общепринятой схемой консультации:

- установление контакта с подростком;
- запрос подростка: описание трудностей и желаемых изменений в себе, конкретных людях, ситуации;
- диагностическая беседа: поиск причин трудностей;
- интерпретация: словесно высказанная гипотеза консультанта о возможных причинах трудностей подростка;
- реориентация: совместная выработка конструктивных способов разрешения трудностей.

Коротко коснемся специфики каждого этапа.

**Установление контакта** традиционно осуществляется с помощью вербальных и невербальных средств (голос, жесты, поза, слова). Этот этап может представлять некоторые трудности для

начинающего консультанта, который зачастую стремится установить контакт как можно скорее. В этом случае он нередко прибегает к заигрыванию с подростком, активно старается ему понравиться («Ах, как я рада тебя видеть»), нарушает его индивидуальное пространство.

**Запрос.** На наш взгляд, быстрее достичь цели позволяет применение ряда проективных методик. Покажем это на конкретном примере.

Марина, 12 лет. Семья полная, родители — врачи. Есть младшая сестра Женя, 10 лет, и брат Саша, 9 лет. Из рассказа мамы: девочка спокойная, учится хорошо. Сама Марина жалуется на то, что в последнее время появились головные боли, ухудшился сон, стала какая-то встревоженная. Мама водила ее к врачу, он нарушений не нашел. Запрос Марины: хотелось бы понять, что со мной происходит.

**Диагностическая беседа.** Приведем выдержки из протокола работы с Мариной, с которой последовательно в течение одной встречи проводились методики «Несуществующее животное», «Рисунок семьи», «Семья животных», «Методика Гарднера», «Раннее воспоминание».

**«Несуществующее животное и рассказ о нем».** Зовут ее Шамкота. Она живет на Марсе, в пещере. Пещера очень большая. Живет она одна, но к ней приходят говорящие цветы. Больше на Марсе никого нет. Раньше Шамкота была человеком. У нее были мама, папа, четыре брата и три сестры, все старшие. Однажды Шамкоту утащили жители Марса — железные коробки, а сами начали вымирать. Умрет один — у Шамкоты изменится цвет волос, умрет другой — появится что-то от него. А потом их не стало. Когда Шамкота стала такой, как на рисунке, она стала рыть себе жилье. Пришли говорящие цветы. Они были очень добрые и стали ей помогать. И называли ее Шамкотой (раньше ее звали Наташей). Цветы тоже раньше были людьми. Шамкота любит вспоминать то время, когда еще жила на Земле. Была маленькой, играла с друзьями, братишками, сестрами. Шамкота любит разговаривать с цветами и мечтает вернуться на Землю вместе с говорящими цветами. На Земле ее ждут мама, папа и все братья и сестры. И уже есть даже племянники. Родители подали в розыск. Мама плачет, папа успокаивает ее, но все они ждут Наташу.

**«Рисунок семьи».** Нарисовала сначала телевизор, потом папу. Рассказывает, что он только что выключил телевизор, потому что его мама попросила. Затем нарисовала маму. Она зевает; до этого она разбирала вещи, так как в доме ремонт. Потом нарисовала Женю. Она читает книгу. Затем Сашулю. Затем нарисовала себя и говорит: «Я села на стул и держусь за мамину руку. Хочу поцеловать маму и сказать, что я ее люблю. Я это сделаю и мама ответит: “И я тебя”». После всего нарисовала тумбочку под телевизор.

**«Семья животных»** (предлагается представить, что пришел волшебник и превратил всех членов семьи в различных животных).

Волшебник превратил:

- маму в белочку, потому что она больше всех трудится, похожа на человека, делает запасы;
- Женю в ленивца, который висит на хвосте, любит поспать;
- папу в медвежонка, в медведя. Он толстый, любит сладкое;
- Сашеньку в маленькую собачку, щеночка, без мамы;
- а меня (затруднение) в бельчонка, или в зайчонка, чтобы быть поближе к маме.

**«Методика Гарднера»** (предлагается придумать сказку по данному началу).

Далеко отсюда за горами жила-была девочка... Звали девочку Ирочка. Жила она в деревне с мамой и папой. Любила собирать грибы и ягоды. Вышивать природу. Помогать маме.

Однажды позвали ее подружки в лес. Ирочка отпросилась у родителей. Зашли они далеко-далеко в лес. Увидели волка. Девочки испугались и разбежались. А Ирочка испугалась, но не подала виду. Волк подходит все ближе и ближе. Ирочка на него прикрикнула: «Не подходи ко мне! Не трогай меня!» Волк от неожиданности испугался и убежал. Девочки выбежали из кустов и стали кричать, что это они прогнали волка. Ирочка ничего не сказала.

Вернулись они домой. Пришли к Ирочке, и она сказала, что видела волка. А девочки сказали, что они его испугали и прогнали. Родители похвалили их и пригласили в дом. Угостили блинами и пирогами.

Когда все ушли, Ира рассказала все как было. Родители поверили девочке. На следующий день девочки пришли в гости к Ире, а Ирины родители сказали: «А не Ира ли испугала волка?» Девочкам стало стыдно, и они сказали всю правду.

**«Раннее воспоминание»** (предлагается вспомнить и рассказать что-либо из своего детства).

В детском саду мы играли в парикмахерскую. Юля, Сережа, Миша и еще какая-то девочка. Я была парикмахером. Ко мне пришла Юля и попросила сделать ей модную прическу. В то время как я причесывала ее, я рассказала Юле о том, что я вчера поцеловала Сережу. А Юля сказала, что она тоже поцеловала Сережу. Я спросила Юлю: «Когда это было?» Она ответила, что 3 или 4 дня назад. А Сережа все слышал и сказал, что это неправда.

Как можно заметить, в рассказе Марины о несуществующем животном проявляется прежде всего страх изменений, в особенности телесных, также чувство одиночества и стремление избежать положения старшего ребенка в семье.

В следующем задании — рисунке семьи — просматривается восприятие девочкой отца в детской позиции, стремление всеми силами получить особое внимание мамы.

В методике Гарднера также проявляется потребность в признании со стороны родителей, но на передний план выходит страх, неприятие мужского начала (в сказке его символизирует волк).

И последнее задание подтверждает особую значимость и конфликтность проблемы взаимоотношений с противоположным полом.

Для уточнения причин трудностей Марины аналогичные задания были даны ее сестре и брату. Все это позволило предположить, что у девочки присутствует кризис в сфере половой идентификации. Вероятнее всего, обострение проблемы половой идентификации вызвано нарушением ролевой структуры семьи: мама в этой семье выступает в мужской роли, папа занимает детскую позицию.

Соответственно Саша, идентифицируясь с отцом, также принимает роль ребенка. В качестве подтверждения можно привести выдержку из его рассказа о семье.

Есть у меня сестра Марина. Ей 12 лет. Иногда она строит из себя малышку и говорит, что ей один годик. А Женя бывает такой вредной, что даже дружить с ней не хочется. А любим мы играть в тигрят. Мы друг друга ловим и шлепаем по попкам. А еще у меня есть братик. Это я сам. Я мечтаю полетать на парашюте или чтобы меня взяли акробатом в цирк. Но для этого нужно быть не трусом. А я боюсь Семена. Моя мама очень любит своих деток. Иногда мы вредничаем и бываем непослушными. Она нас немножко поругает и все. Папа у нас очень любит смотреть телевизор. Почему-то. Не знаю, почему. У нас с папой одна мечта: собрать яхту с алыми парусами. Их мама сошьет.

Женя идентифицируется с мамой, принимает ее же роль. Вот ее рассказ о несуществующем животном.

Зовут его Парфенозавр. Это помесь поросенка, дракончика и чертика. Он живет в пещере из камней и земли. В пещере есть огромный камень, чтобы сидеть, и несколько ровных камней, покрытых очень большими листьями, чтоб спать. Кровать рассчитана на двоих. Он влюбился (у него глаза влюбчивые и улыбка) в какую-то парфенозаврку. Пещера очень большая. Но он разделил ее на две комнаты большим листом. Получились большая и маленькая комнаты: маленькая для будущих детишек, чтобы они в ней спали и играли. Он мечтает, чтобы та парфенозаврка, в которую он влюбился, стала его женой. И чтобы у него была куча послушных детей.

Марина же решить проблему половой идентификации не может, возможно, из-за наличия тревожной привязанности к матери. И неразрешенная в психологическом плане проблема проявляется в психосоматических симптомах.

Как видно из приведенного примера, для уточнения гипотезы о причинах трудностей подростка можно привлекать материалы бесед с его братьями, сестрами и родителями. Если консультирование проводится в условиях школы, то, как правило, такая возможность всегда имеется.

**Этап интерпретации** является одним из самых трудных, поскольку требует от консультанта умения передать свое видение причин трудностей (гипотезу) так, чтобы подросток сумел понять его, проверить его истинность и принять в случае его адекватности ситуации. Поэтому, на наш взгляд, здесь наиболее эф-

фективным и безопасным для подростка является не прямое сообщение ему своей гипотезы, а косвенное — с использованием метода «анализа чужих проблем». Консультант сообщает подростку, что похожие трудности испытывают многие ребята. Затем предлагает ему отрывки из протоколов бесед с несколькими подростками, просит сначала сформулировать их («чужие») проблемы, а затем подумать, может быть, они несколько похожи на его собственные. Естественно, что отрывки из протоколов подбираются консультантом заранее. Косвенное предъявление проблемы позволяет не только опереться на активность самого подростка, но и помочь ему сформулировать эту проблему на своем языке, а также самому определить глубину своего погружения в нее. Проиллюстрируем это на конкретном примере.

Наташа, 14 лет, живет с мамой, бабушкой и дедушкой, отец живет отдельно, но часто встречается с девочкой. На консультацию ее прислала классная руководительница с просьбой ее «усовестить», так как родители жалуются, что «хамит всем, хлопает дверью, закатывает истерики». Сама Наташа говорит, что все ей надоело и она была бы рада, если бы консультант сумела «освободить ее от предков».

Выдержки из протокола консультативной беседы с Наташей.

**«Рисунок семьи»** начала рисовать с папы, которого изобразила в виде глухого забора, при этом рассказывает:

— Здесь еще можно натянуть колючую проволоку. Он считает, что заботится обо мне. Да, мама и он покупают мне кучу всего, но весь интерес ко мне — это посмотреть мой дневник. Мама — это заколка, может быть, из золота и бриллиантов. Ей нужен специальный уход. Ее нужно ограждать от переживаний (смеется). Бабушка — цветок. Она бы, может, и не ходила бы так за мной, но так им всем спокойнее. А дедушка — самолет. Он был раньше военным, ему единственному интересно быть со мной.

На вопрос консультанта: «А ты не пробовала спокойно поговорить с родителями о том, что ты уже выросла и не нуждаешься в детской опеке?» она ответила, что каждый день им об этом говорит: «Оставьте меня в покое».

**«Чужие проблемы»**, предъявленные Наташе.

Наташе предлагается отрывок из беседы с Катей, которая долгое время никак не хотела согласиться с присутствием в семье отчима — Виталия Борисовича. Стремилась хотя бы на время переехать к бабушке, но ее не отпускали.

Ну, в общем, я говорила с мамой и с Виталием Борисовичем. Ну и я уже сегодня переезжаю к бабушке, поэтому я такая радостная. Тут на днях я не ходила в школу, мы ездили к родителям Виталия Борисовича. Такие милые люди. Я сначала стеснялась, но потом весело было. А с мамой мы говорили долго, даже плакали. Я уже совсем на нее не сержусь. А на него уже чуть-чуть только. Я маме о вас рассказала. И как вы говорили — честно, спокойно рассказала, как мне плохо и чего я хочу, и почему кричу и грублю им. Она действительно поняла и даже прощения попросила, что мне было так плохо. Она не понимала меня, поэтому и злилась. Ну, а потом я просила прощения. Все-таки я была эгоисткой и думала только о себе. Обижалась



на них и хамила, нет чтобы сразу рассказать. Ну а потом мы с мамой готовили: булочки пекли с изюмом. Вот и все, спасибо.

С помощью «анализа чужих проблем» формулируется причина трудностей Наташи: непонимание родителями необходимости расширения самостоятельности для взрослеющего подростка и неумение Наташи объяснить родителям свои новые потребности и возможности.

**Этап реориентации** предполагает прежде всего не поиск способов избавления от проблемы, а направление ее в конструктивное русло, т. е. нахождение ее обучающего воздействия. Это можно сделать с помощью различных средств. Можно подойти к этому с помощью методики **«Кот в сапогах»**. Подростку предлагается вспомнить сказку о коте в сапогах. Она начинается с того, что умер мельник и оставил старшему сыну дом, среднему — мельницу, а младшему — кота. «Мало того, что пользы нет никакой мне от кота, да еще кормить его — только мешать он мне будет», — загрустил младший сын. Но потом оказалось, что именно бесполезный с первого взгляда кот помог младшему сыну стать счастливым, обрести любовь и стать успешным. Далее консультант вместе с подростком продумывают, какую пользу может принести подростку данная трудная ситуация — его собственный «кот в сапогах». В чем она сделала его сильнее? Какие новые возможности открыла?

Кроме того, иногда важным и полезным является перевод проблемы «из пассива в актив» (Э. Эриксон), т. е. создание условий, в которых подросток помогает сверстникам, имеющим аналогичные проблемы. В качестве примера приведем выдержки из бесед с Ириной, 12 лет (раннее половое созревание и повышенное половое влечение). Ей предлагается представить себя сначала мамой, которая пришла к психологу с той или иной проблемой дочери, а затем самим психологом. Девочка в роли мамы, естественно, жалуется на повышенный интерес дочери к мальчикам. Затем дома в роли психолога Ирина придумывает и записывает следующий рассказ.

Моя дочь отдается всем ребятам из ее компании. Что мне делать? Она никого не хочет слушать, ничего не понимает, помогите, — обращается мать к психологу.

Все очень просто! Это непонимание бывает почти у каждой девушки-подростка. Но со временем она понимает, что сеанс закончился. Но в то время, когда она это поймет, будет уже поздно.

Но все равно не стоит переходить на жесткие меры, это не поможет.

Дело в том, что есть причина, по которой девушки неосмотрительно поступают. В компании каждый человек должен быть как все. Иначе тебе могут сказать: «Позор! Ты паинька и не крутая! Ты будешь исключена». Но потом ребята относятся к уступившей девушке как к девушке легкого поведения. А девушки, которые воздержатся, обретут огромный успех.

Поэтому помогите ей образно представить себя в роли шелка, из которого еще ничего не сшили. Этот шелк — девушка, которая не позволяет парням слишком много. И вдруг девушка позволит парню то, что он хочет, — этот шелк покупают, носят на себе из этой ткани платье. Но в конце концов это платье стареет и становится тряпкой. Ей вытирают стол, пол, окна, пыль. А потом... ее выбрасывают на помойку!

Вытирают весь дом шелком как тряпкой — это как будто ребята рекламируют, продают девушку. А выбросить потом на помойку — это значит найти ей замену как престарелой игрушке.

Между прочим, шелк — дорогая ткань. Пусть и девушки останутся такими же дорогими, чтобы каждая стала целью какого-нибудь мечтателя (отвечает психолог).

Итак, мы рассмотрели основные этапы индивидуального психологического консультирования подростков. Однако необходимо помнить, что проблемы конкретного ребенка нельзя жестко соотносить с любой, даже самой удачной, схемой. Каждый подросток внесет собственные коррективы в процесс консультирования. Главное, чтобы консультант оставался открытым опыту подростка и мог позволить себе оставаться искренним с самим собой и с подростком.

### **Контрольные вопросы**

1. Что такое психологическое здоровье и как можно использовать это понятие при организации психологической поддержки подростков?
2. Существуют ли взаимосвязи между психологическим здоровьем человека и его физическим самочувствием, жизненной успешностью?
3. Каковы основные направления групповой психологической поддержки подростков?
4. Какие группы методов наиболее эффективно использовать в групповой работе с учащимися разных классов?
5. Каковы основные требования к консультанту, работающему с подростками?
6. Какие особенности подростков нужно учитывать в индивидуальной коррекционной работе?
7. Как можно эффективно строить индивидуальную беседу с подростком?

## ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ВЗРОСЛЫХ

Родителям подростков, так же как и их детям, нужна психологическая поддержка. Рассмотрим основные направления родительской помощи подросткам.

Основной проблемой для родителей является непонимание ими причин изменений, происходящих с их детьми. Отсюда следует их стремление сохранить жесткий контроль над подростками или «повернуть назад их развитие». Наблюдается тенденция отвержения родителями новых качеств подростка и желание вернуть старые, детские: послушание, ласковость и т. п. Большинство родителей жалуются, что их ребенок «вдруг» резко изменился, стал раздражительным, закрытым, непослушным. И ждут от консультанта совета, как вернуть контроль и сделать подростка таким, каким он был прежде.

Совсем не знаю, что случилось с моей дочерью. Был нормальный одаренный ребенок. Была доброй и ласковой. Всегда мне обо всем рассказывала. А теперь как-будто подменили, словно «колючка» стала. Не слушается, часто меняется настроение. В голове какие-то мысли, мне непонятные. Иногда нахожу у нее книги, которые считаю постыдными для чтения. И вообще она не понимает меня. Мы с ней очень отделились. Она непонятно по какой причине перестала мне доверять. Иногда вижу ее в слезах, хотя Леночка это скрывает. Не понимаю, что это с ней происходит. Посоветуйте, что мне с ней делать, как на нее повлиять. Как вернуть все то, что мне в ней так нравилось... Помогите мне вытащить это обратно (Татьяна Сергеевна, мама Лены, 13 лет).

В последнее время не узнаю своего сына. Кричит, ругается, кривляется, особенно, когда ему говорят что-то сделать (в этом случае начинает плакать) (Игорь Борисович, отец Васи, 11 лет).

Беспокоит, что все время висит на телефоне. В доме постоянно много его друзей. Слушают музыку, да так громко, что соседи стучат. Со мной ничем не делится, говорит, что все равно не пойму. Я плачу от бессилия, ведь теряю ребенка, он для меня — все, отца-то давно уж с нами нет. Нет, не дождешься от него ни жалости, ни помощи. Что дальше делать, как дальше жить — не знаю (Тамара Николаевна, мама Стаса, 13 лет).

У сына часто проявляется неуравновешенное поведение, бывает вспыльчив, импульсивен, а иногда обижается без причины. В такие минуты ни с кем не хочет идти на контакт. Бывает часто чрезмерно упрям, даже когда сам понимает, что не прав (Николай Евгеньевич, отец Марата, 13 лет).

У дочери снизилась успеваемость, пропало желание учиться, появилась раздражительность, агрессивность, неуправляемость. Что бы я ни сказала, постоянно огрызается, грубит. Я всегда не права бываю. Что бы я ни посоветовала, все делает наоборот. Порой кажется, все у нее нормально, вдруг ни с того ни с сего обидится, уйдет в свою комнату, весь вечер просидит. Порою кажется, что я теряю дочь. Просто не могу понять, что случилось (Ирина Николаевна, мама Олеси, 12 лет).

Как можно заметить, все родители отмечают резкие изменения в своем ребенке, нарастание трудностей в общении, в частности появление скрытности, негативизма, конфликтности, эмоциональной неуравновешенности, острого отстаивания своих прав при нежелании выполнять элементарные обязанности.

Танюша стала теперь такая скрытная. Ничего не рассказывает, молчаливая такая стала. Даже когда спрашиваю, как погуляли, отвечает: «Нормально» и уходит в свою комнату (Надежда Петровна, мама Тани, 15 лет).

И сами подростки говорят о своей боли непонимания их взрослыми, страдают от одиночества и в то же время стремятся к нему, мечтают выговориться — и крепко охраняют свой внутренний мир от вторжения.

Я очень хочу, чтобы родители не ссорились и чтобы у нас было все хорошо, чтобы я ничего не боялась, не прятала книжки, которые не нравятся маме, под подушку. Я живу, как на рентгене — надоело. Идешь куда-нибудь — «Куда?» Мне больше всего хочется, чтобы меня оставили в покое, чтобы мама попыталась понять причину, почему человек так делает... (Алиса, 13 лет).

Приведенные выше высказывания родителей и подростков хорошо иллюстрируют реальное наличие области непонимания между ними, которое вызывает страдания и может привести к осложнениям взаимодействия между ними. Более того, как говорилось ранее, нарушение общения подростков с родителями может существенно осложнить прохождение нормативного кризиса и формирование эго-идентичности.

Поэтому консультанту необходимо в первую очередь помочь родителям понять, что происходит с подростками в этот период развития, что является причиной резкого негативизма, эмоциональной неустойчивости, агрессивности. Для этого нужно познакомить родителей с основными линиями развития подростков, сделав акцент на позитивном значении подросткового кризиса. Понимание того, что происходящее с ребенком не только нормально, но и закономерно, существенно снижает тревогу родителей, позволяет уменьшить чувство вины, возникающее как следствие осознания себя плохим родителем. Поэтому в некоторых случаях уже одного этого бывает достаточно, чтобы успокоить родителей и переориентировать их на новые способы взаимодействия с подростками.

Моя дочь-пятиклассница стала вдруг капризной, плаксивой. Стала плохо засыпать. Я сама — фармацевт, поэтому полгода давала ей различные успокаивающие препараты. Не помогало. А вы говорите, что все происходящее с ней нормально? И мне не надо давать ей лекарств? (Надежда Сергеевна, мама Ани, 11 лет).

Затем следует обсудить с родителями «выход на поверхность» тех или иных нарушений развития ребенка в младенчестве, раннем, дошкольном, младшем школьном возрастах. С одной стороны, наличие таких нарушений может осложнить протекание подросткового кризиса и соответственно взаимодействие родителей с подростком, с другой стороны — появляется возможность их устранения.

На консультацию пришла мама семиклассника с жалобами на его неуверенность в себе и трудности в общении со сверстниками, несамостоятельность, страх принятия решений. Диагностическое обследование подростка показало наличие нарушений, берущих истоки в младенчестве, — чувство небезопасности окружающего мира, в раннем возрасте — чувство несамостоятельности, несвободы, зависимости, в дошкольном возрасте — чувство одиночества. В последующей беседе с мамой выяснилось, что ребенок родился, когда она была студенткой, поэтому она часто оставляла его на попечение бабушек, действия которых по отношению к ребенку были не всегда согласованны. Поэтому сформировавшееся чувство небезопасности имело реальные основания. Далее в раннем возрасте она очень беспокоилась за ребенка. По совету родителей уделяла большое внимание приучению ребенка к опрятности. На вопрос о проявлениях агрессивности в раннем возрасте ответила, что этого не было, мальчик рос послушным и миролюбивым (поэтому понятна причина формирования чувства несамостоятельности в этот период). Позже, в дошкольном возрасте, между родителями стали возникать частые конфликты, которые закончились разводом, а затем созданием мамой новой семьи. Причина чувства одиночества очевидна.

Такое обсуждение с мамой причин сегодняшних трудностей подростка дало ей не только понимание того, как перестраивать свое взаимодействие с ним, но и привело к снижению чувства вины. Ранее ей казалось, что в трудностях сына виновата она сама, не сумевшая стать ему хорошей матерью (Ольга Владимировна, школьный психолог).

Довольно часто причиной тревоги родителей при появлении резких изменений в поведении подростка является угроза разрушения собственной идентичности и «Я-концепции» как ее основы. Поясним это. Для многих людей, в особенности женщин, их родительская роль является важным составляющим «Я-концепции», т. е. имеет высокую субъективную значимость для ее построения. Соответственно успешность или неуспешность выполнения этой роли, с точки зрения самого человека, во многом определяют эмоционально-оценочный компонент «Я-концепции», т. е. самоотношение. Имеется в виду, что наличие удовлетворенности собой как родителем повышает самоотношение человека, в про-

тивном случае — снижает. Поэтому многие родители выбирают неадекватные формы реагирования на поведенческие проявления подростков только для того, чтобы поддержать положительное самоотношение. Это может проявляться в приписывании подросткам несуществующих у них недостатков, ложной интерпретации причин их поведения как вызывающего, эгоистичного и т. п.

В этом случае консультанту нужно постараться содействовать разотождествлению человека с его родительской ролью, что можно сделать, используя идеи психосинтеза. Как отмечает Т. Йоманс (Психосинтез и другие интегративные техники, 1997), человек склонен отождествлять себя с тем состоянием, которое давало ему наиболее сильное ощущение бытия. Многие отождествляют себя с определенной ролью («мать», «учитель», «жена») и действуют и воспринимают себя в соответствии с ней. Но такое отождествление лишает человека осознания того, кем он является на самом деле, т. е. его истинного «Я». А потеря человеком роли, с которой он себя отождествляет, или ее существенное изменение приводят к болезненным кризисам, которые можно считать частичной «психологической» смертью. Поэтому необходимо подвести родителей к осознанию ценности и уникальности самого себя вне зависимости от выполнения ими родительской роли. Чтобы сделать это мягко и ненавязчиво, можно обсудить с ними сказку, которая обычно используется в работе с детьми.

**«Сказка о Маше и ее человечках».** Как-то раз проснулась Маша ночью оттого, что в горле что-то щекочет. Открыла рот — из рта маленькие человечки один за другим выпрыгивать начали. Прыг-прыг — и к Маше на живот.

— А ну-ка кыш с моего живота, — закричала Маша, — мой живот. Не позволю его топтать!

— Так и мы твои, — запищали человечки.

— Как это мои? — возмутилась Маша, — я вас не знаю.

— А вот посмотри на меня внимательно, — сказал один человечек, — я — твоя Злючка. Когда ты на маму злишься, это я твоими мыслями управляю, тебя за язычок дергаю, слова говорю... (придумай сам).

— А я — твоя Боялка. Когда ты одна засыпать не хочешь, к маме в кровать залезаешь, это я тобой команду.

— А мы сестрички-близняшки, мы друг без друга никуда, — каким-то противным голосом пропели два человечка с хмурыми мордочками.

— Что-то вы мне не очень нравитесь, — прошептала Маша.

— Ну, это ты неправду говоришь. Напротив, ты нас очень любишь и часто на помощь зовешь. Ведь зовут нас Капризулка и Нашеюмамесадила. Вспомни, как ты покапризничать любишь и маму заставляешь делать то, что именно ты хочешь. И лицо у тебя такое же, как у нас, бывает всегда, когда надо в школу собираться, спать укладываться... Еще когда?

— Надоели все! — завизжала Маша. — Я никогда не злюсь, не боюсь, не капризничаю, мамой не команду, наоборот, я все наоборот делаю!

— Хоть тут призналась честно, — вздохнул человечек, похожий на ежика. — Я — Наоборотка, почти всегда с тобой, мы с тобой хорошо дружим.



Ничего не смогла ответить Маша — заплакала она громко.

— Никто меня не любит, не жалеет!

И услышала тогда голос ехидно-ласковый:

— Я тебя жалею, не надо ничего делать. Постель не стели. Задачи не решай. Упражнение не пиши. Лучше ленись чаще. Здоровее будешь.

Открыла Маша рот от удивления, а из него еще какие-то человечки посыпались. Веселые человечки, пляшут, поют, радуются.

— Мы — частички Маши,

Хозяюшки нашей:

Я — Добрушка-Хохотушка,

Я — Старалка-Помогалка,

Я — Люблюшка-Приласкушка.

Улыбнулась тут Маша и сказала:

— Да, вижу, все вы мои человечки. Но с кем-то я чаще, а с кем-то реже встречаюсь. Поэтому давайте я вас кого-то ближе ко мне, кого-то дальше поставлю.

— Ты, Боялка, стань к стеночке, я ведь только по вечерам боюсь. А вот ты, Ленючка, стань рядышком, я и дома ленюсь уроки делать, и в школе иногда на уроке писать не хочется. И ты, Люблюшка-Приласкушка, рядом стой. Маму люблю, учительницу люблю, класс свой. А ты.... (Расставьте, ребята, своих человечков кого-то поближе к себе, кого-то подальше, а кого-то совсем далеко. А может быть, ваших человечков по-другому зовут? Придумайте сами им имена. Покажите, какое у них выражение лица. Какие слова они говорят обычно. Нарисуйте их.)

А Маша наша своих человечков расставила, расставила и задумалась:

— Да, вы мои человечки, это верно. Боялка моя и Наоборотка моя. Капризулка моя и Добрушка Моя. Но...

Я не есть моя Боялка — не всегда боюсь,

Я не есть моя Ленючка — не всегда ленюсь,

Я не есть и Хохотушка — не всегда смеюсь,

И не Злючка никакая — не всегда ведь злюсь.

Кто же Я?

А Я есть Я.

А Боялка и Добрушка,

Капризулка и Люблюшка —

Это все мои друзья.

Но команду здесь Я.

Я — Маша.

Я — человек.

Я — житель планеты Земля.

Итак, мы говорили, что родителям подростков часто бывает необходима психологическая поддержка для сохранения личностной целостности. Однако необходимо довести до их сознания, что еще большая поддержка необходима в этот период их детям. Вспомним, что в подростковом возрасте частично разрушается именно личностная целостность из-за быстрых качественных изменений в телесном облике, сексуальном развитии, мышлении и т.п. Это может сопровождаться снижением самооценки, нарушением те-

лесного самовосприятия, некоторым повышением тревожности. Поэтому особую остроту для подростка приобретает поддержка родителями его временно ослабевшего «Я» через удовлетворение потребности в любви и принятии.

У меня не возникает проблем в воспитании. Трудностей много, а проблем нет. Я мальчикам полностью доверяю. И они об этом знают. И боятся потерять доверие. Знаешь, они хоть и кажутся непоколебимыми, а на самом деле они такие ранимые. Порой сами себе выдумают, что я сержусь на них и все такое... и грузятся, и достают. Начинаю успокаивать, и тогда все в порядке (Нина Евгеньевна, мама Артема, 17 лет, и Виктора, 15 лет).

Соответственно перед родителями встает задача полного удовлетворения этой потребности, причем иногда приходится вернуться к средствам, традиционно применяемым в отношении маленьких детей: обильным словесным и тактильным поглаживаниям. Таким образом, консультанту, по возможности, нужно убедить родителей, что основа их помощи — не какие-либо действия по изменению подростка в соответствии со своим эталоном, а открытое выражение своей любви к нему. Понятно, что многим это покажется странным и достаточно трудным, тем более что и сам подросток не всегда готов к такому взаимодействию. Порой он напоминает ошетинившегося щеночка «Не подходи — кусну». Поэтому многим родителям придется начинать проявлять свою любовь «маленькими шажками», которые будет готов принять подросток. Но при всей трудности этого процесса он жизненно необходим подростку.

Здесь очень важен следующий, казалось бы, очевидный, но при этом часто остающийся вне родительского внимания факт. Когда ребенок начинает взрослеть, нужна любовь родителей в несколько другой форме по сравнению с той, которая ему требовалась в детстве. Если маленькому ребенку необходим прежде всего хороший уход, обеспечение безопасности в окружающем мире, то теперь становится важным принятие и поддержка подростка как личности, самостоятельной и индивидуальной. Но многие родители не умеют проявлять свою любовь иначе, чем через кормление, проявление контроля и внешней заботы. А подростки, наоборот, воспринимают такую любовь как ее отсутствие, что приводит к многочисленным конфликтам.

Однако при этом очень важно, чтобы подросток имел возможность не только принимать, но и отдавать любовь. В этом его отличие от ребенка младшего возраста, и непонимание родителями новых возможностей подростка может привести к формированию у него инфантильной или потребительской позиции. Необходимо создать такую ситуацию, когда подросток должен о ком-то заботиться, помогать, т. е. действительно проявлять свою взрослость.

Никита очень ответственный мальчик. У нас есть младшая дочка. Он ее забирает из детского сада и заботится о ней. Мне очень легко с ним об-

щаться. Он иногда вредничает, но все дети вредничают. А так я им очень горжусь (Надежда Павловна, мама Никиты, 14 лет).

Таким образом, с одной стороны, должна произойти переориентация родителей от отвержения изменений в подростковом к их полному безоценочному принятию, а с другой стороны, подростку должны быть созданы условия, в которых он сам может проявлять заботу и внимание к кому-либо.

Важно также иметь в виду следующее. Для подросткового возраста характерен резкий рост рефлексии, точнее, в этом возрасте становится возможным ее существенное развитие при наличии для этого определенных условий. Одним из важнейших условий для развития рефлексии является удовлетворение потребности в самораскрытии.

После школы Миша приходит ко мне на кухню и рассказывает, что было в школе, с кем подрался. Про влюбленность, правда, не говорит. Наверное, чисто мужское дело. Никогда не было такого, чтобы он подходил, а сейчас хочет именно выговориться и поделиться. Раньше у него проблем не было — маленький был, а сейчас нужен собеседник. Иногда он может мне посоветовать, какую книгу почитать. Обязательно читаю (Марина Викторовна, мама Миши, 15 лет, и Кости, 11 лет).

Раскрывая себя другому, подросток раскрывает прежде всего себя самому себе. Можно предположить, что самораскрытие является преддверием внутреннего диалога. Однако внутренний мир подростка очень хрупок, является для него некоторым интимным таинством. Многие исследователи отмечают существование в этом возрасте риска самораскрытия, т. е. выраженной защиты подростками своего внутреннего мира, в особенности от взрослых. Следствием может быть некоторое искажение рефлексивных процессов, появление у подростка сильного чувства одиночества. Поэтому нужно показать родителям необходимость и возможность удовлетворения ими потребности в самораскрытии у их ребенка, поскольку далеко не всегда она удовлетворяется должным образом в общении со сверстниками. Иными словами, подросток должен иметь возможность говорить с родителями о любых вопросах, которые его волнуют. Но он будет это делать только в том случае, если будет уверен, что не встретит резкого осуждения своих взглядов, стиля поведения, одежды, друзей. Родители вправе иметь свое мнение по ряду вопросов, но и подросток может иметь собственное мнение, которое с уважением должно быть выслушано родителями.

У меня прекрасные отношения с мамой. У меня нет от нее секретов. Мы всегда можем поговорить с ней на любые темы. Она знает всех моих друзей. Мне с ней очень легко. Мы с ней общаемся не как мама с дочкой, а как подруга с подругой (Ксения, 16 лет).

У нас с дочкой хорошие добрые отношения. Мы всегда друг другу все рассказываем. У нас нет друг от друга секретов. Конечно, бывает и поруга-

емся. А если появляются какие-нибудь проблемы, то мы тихо и спокойно решаем их вместе. Конечно, в ее компании не одни «ангелы». Бывает и напьется кто-нибудь. Но у каждого должна быть своя голова на плечах. Если ее нету, то все равно не уследишь. Я знаю, что она покуривает. Но если не разрешать, она будет продолжать это, только тайком от меня. А мне этого не надо. Я вообще считаю, что она уже способна принимать решения и решать сама за себя (Валентина Викторовна, мама Ксении, 16 лет).

Я не знаю, что с матерью происходит. Вот неделю назад такой скандал закатила, когда увидела, что я губы накрасила. Мне тогда показалось, что она меня убьет. По губам отхлестала и сказала, что я распустилась, что сначала губы, а потом продаваться пойду.

Мать даже помириться по-нормальному не может. Начинает к словам цепляться и опять ссоры, ссоры. Скорее бы школу закончить. Уеду куда глаза глядят и слушать ее не стану. Вот тогда она обрыдается, поймет, как мне тошно было... (начинает плакать). Я ее так люблю, знаю, как ей тяжело. И болеет она часто. Не знаю, что происходит, раньше этого не было (Вика, 14 лет).

Викуля у меня единственная дочка. Но с некоторых пор она изменилась: стала агрессивной, что ей ни скажешь, все не так. Ни с того ни с сего рыдать начинает или в комнату убегает, да так дверью хлопнет, что штукатурка летит. ...Мне и музыка их непонятна. Она ведь ничему не учит. Я пыталась ее отучить. Магнитофон ломала, кассеты прятала, в театр и в оперу с ней ходила. А она вместо благодарности еще больше отдаляется и злится. Даже если я первая подхожу, она все равно на дыбы встает. Наверное, строже нужно было воспитывать (Ольга Эдуардовна, мама Вики, 14 лет).

Ранее говорилось, что зрелый человек должен стать субъектом своей жизнедеятельности и полностью принять ответственность за свое развитие. Подростковый возраст очень важен для становления субъектной позиции, поскольку именно в этот период появляется личностное самоопределение — умение подростка сделать выбор и нести за него ответственность. Предпосылкой самоопределения можно назвать его возрастающую самостоятельность. Следует помнить, что подросток, с одной стороны, стремится к самостоятельности и отстаивает ее, с другой — не всегда может ее использовать. Поэтому главная задача родителей — способствовать становлению зрелой самостоятельности подростка.

Я стала стараться поменьше «давить», пытаюсь показать, что доверяю ему и надеюсь на его сознательность. Иногда сама акцентирую внимание на его «взрослости». Говорю: «Леша, ты же взрослый, ты же можешь понять, к чему это приведет...» И мне кажется, что это часто помогает, что он пытается оценить свои поступки уже с позиции взрослого (Инна Владимировна, мама Леши, 15 лет).

Перед тем, как что-то сказать, посоветовать Егору, я всегда ставлю себя на его место. Думаю, как бы я себя почувствовала, если бы мне сказали так (Мария Петровна, мама Егора, 14 лет).

При этом нужно уточнить само понятие самостоятельности, поскольку на практике она нередко по-разному понимается ро-

дителями и самими подростками, что является причиной конфликтов между ними. Родители обычно имеют в виду в основном обязанности подростка (самостоятельно убрать квартиру, постирать и т. п.), подростки — в основном права (самостоятельно выбирать одежду, время сна, прихода домой и т. п.). В самостоятельно выполняемые действия должны равномерно включаться как права, так и обязанности подростка. Это поможет во многом избежать конфликтов между родителями и подростками, будет способствовать становлению зрелой самостоятельности. Таким образом, нужно помочь родителям разобраться с правами и обязанностями подростка, направить их усилия на формирование его самостоятельности во всех основных жизненных сферах. В качестве примера приведем отрывки из беседы психолога с Мишей, 13 лет, и его мамой Верой Викторовной.

Миша с большим удовольствием откликнулся на мою просьбу поговорить о его правах и обязанностях. Сначала договорились разобрать его права, так как этот вопрос показался ему более приятным. Вот что получилось.

— Я имею право: кушать, играть в компьютер, смотреть телевизор, отдыхать, спать, шалить, быть услышанным взрослыми.

— Мои обязанности: делать уроки, убирать комнату, ходить в школу (это вызвало кучу эмоций и было сопровождено фразой: «Ну это уж обязательно. А ведь не хочется!»), слушать родителей.

После разговора с Мишей мы долго говорили на эту тему с его мамой и написали следующее.

Его права: общаться с друзьями, посещать фильмы, соответствующие возрасту, высказывать свое мнение родителям, даже если оно отличается от их мнения, отстаивать свою точку зрения по всем вопросам, общаться с друзьями вне школы.

Его обязанности: учиться в школе, выполняя все требования учителей и родителей по этому поводу, приходить домой в то время, которое оговорено заранее, или позвонить. Убирать свою комнату, не требовать от родителей больше, чем они могут предложить, не дерзить старшим, не грубить своим друзьям.

Несмотря на то что списки прав и обязанностей, составленные Мишей и его мамой, несколько различались, мне показалось, что разговор был важен и полезен для обоих.

В свете разговора о правах и обязанностях нужно особо остановиться на проблемах, которые подростки называют «контролем». Любые действия родителей, воспринимаемые ими как контроль, резко отторгаются, вызывают бурные эмоциональные реакции. При этом не важно, насколько обоснованными были на самом деле действия родителей, поскольку подросток фиксирует в них только сферу контроля.

Родители все время пытаются контролировать меня. Постоянно говорят, как и когда, что нужно делать. Достали, одним словом. Я больше так не

могу. Сплю и вижу, чтобы родители начали считаться с моим мнением, а не контролировали бы каждую минуту (Катя, 14 лет).

Поэтому очень важно, чтобы родители сумели объяснить свои контролирующие действия подростку как действия заботы о нем или внимания, тогда они будут восприняты ими более лояльно.

Я, конечно, понимаю, что мама заботится обо мне, волнуется, как у меня дела в школе. Стараюсь ей объяснить, что все нормально, справляюсь со своей жизнью вполне успешно (Павел, 15 лет).

Я не припомню, чтобы у нас с дочерью были когда-нибудь конфликты. Почему? Наверно, дело в нашем отношении к ней. Мы никогда на нее не повышали голос. Давали достаточно свободы. Запреты были в меру, ведь ругать подростков бесполезно. Они тогда все будут делать назло. С ними надо разговаривать по-хорошему, пытаться убеждать. И еще надо учитывать, что мы были совсем другими. А вообще стоит всегда помнить, что к своему чаду надо относиться как к взрослому человеку, а не как к ребенку (Светлана Ивановна, мама Нины, 15 лет).

Итак, мы определили основные направления родительской помощи подросткам. Но как сделать, чтобы родители могли «услышать» консультанта, т.е. принять его советы? Мы полагаем, что это возможно с использованием метода «Чужие рассказы». Педагог рассказывает или читает родителям протоколы бесед с другими подростками, имеющими «похожие трудности», предлагает взглянуть на трудности глазами этих подростков и обсудить возможные ошибки их родителей. При этом обязательно подчеркивается, что нередко родители совершают ошибки не потому, что не любят своих детей, а наоборот — слишком их любят, но не всегда знают, как лучше поступить. Приведем примеры возможных бесед.

Отрывок из протокола беседы с Леной, 15 лет.

— Расскажи немного о себе: как дела, как настроение.

— Так себе.

— Почему?

— Готовлюсь к очередному скандалу с матерью.

— А почему ты так уверена, что он будет?

— Будет, еще как будет.

— Что же ты такого сделала?

— Еще не сделала, но обязательно сделаю. Она мне на подружкин день рождения пойти не разрешила, а я все равно пойду.

— Может быть, мама волнуется, переживает за тебя?

— Ну да, переживает она! Она мной совсем не интересуется. Такое ощущение, что ей все равно, что в моей жизни происходит. Интересуется она только учебой. Вот здесь — да. Все до запятой выпросит. А про что другое спросить... Никогда в жизни.

— Так уж никогда?

— Ну, ни о чем важном, по крайней мере. Я порой даже удивляюсь. Ты представляешь, я уже полгода с парнем встречаюсь, причем парень



старше меня на 5 лет. А она даже не поинтересовалась, сплю я с ним или нет.

— А ты не думаешь, что родителям может быть неловко с собственным ребенком на такие темы заговаривать, они ведь по-другому воспитаны. Ты не пробовала сама начать разговор?

— Можно подумать, мне легко первой начать эту тему. Я же не знаю, как мать отреагирует. Может, мне еще хуже будет.

Отрывок из протокола беседы с Мишей, 15 лет.

— Миш, как дела?

— Тебе интересно?

— Если бы не было интересно, то не спрашивала бы.

— Ну, в общем-то нормально. Хотя вот «двойка» была. А с родителями пообщаться не удастся. Они слишком заняты добыванием денег. Иногда я спрашиваю их о чем-то, а они плавно переходят на престижность моей будущей профессии, ее оплачиваемость, на какие курсы мне еще пойти. Шутки не понимают. Мы орем друг на друга и разбегаемся по своим привычным углам: мать к телефону, отец весь заворачивается в газеты, я к компьютеру. Мне не интересно с ними. Я уже не маленький, могу сам решать, что мне делать в этой жизни.

— Но ты же понимаешь, что для твоего же благополучия лучше найти с родителями общий язык.

— Да, ты права. Но только они считают, что я полностью должен соответствовать их мнению обо мне. Им не нравится музыка, которую я слушаю, потому что отец в мои годы слушал другую. Им не нравится девушка, которой я иногда звоню. Им не нравится мой единственный друг. Такое впечатление, что они надели на меня своеобразный поводок. Но не выйдет, собачка заболела бешенством, а это всерьез и надолго. А я ведь думал, что им хватит того, что я хорошо учусь, подаю надежды. Меня не понимают, да я и сам не понимаю, почему я усложняю свою жизнь, делаю себя таким одиноким. Я — изгой. Знаешь мою тайную мечту? Я хочу пользоваться вниманием женского пола. Я пока не знаю, зачем мне это нужно. Может быть, ласка. Может быть, нежность. Но мое тело! Многие девчонки до сих пор называют меня глистой в обмороке. Что же мне делать?

Подводя итоги рассмотрению проблемы консультирования родителей подростков, еще раз отметим, что подростковый возраст предоставляет родителям последнюю возможность для налаживания эмоционального контакта со своим ребенком. Необходимо, чтобы родители воспользовались ею, иначе их родительство потеряет всякий смысл и позднее явится причиной разного рода страданий: чувства одиночества, отчаяния от того, что поздно что-либо изменить.

Мне общаться с сыном всегда приятно. А если что-то и возникает, то это всегда решается. Он где-то очень вспыльчивый. Он — натура чувствительная, творческая. Но мы хорошо понимаем друг друга, чувствуем. Потому что, когда ребенок рождается, надо к нему прислушаться, надо воспринять его характер. Надо чувствовать ребенка. К ребенку нужно идти с добрым сердцем. Надо слушать ребенка и понимать его. Конечно, это сложно и поначалу требует усилия, но зато в более старшем возрасте не возникает недопонима-

ния (Лилия Васильевна, мама Игоря, 14 лет, имеет еще трех старших сыновей).

Перейдем к рассмотрению психологической поддержки педагогов, работающих с подростками. Почему это необходимо? Повышенная эмоциональная чувствительность, неустойчивость, реакции эмансипации подростков могут существенно осложнить как учебный, так и воспитательный процесс в школе. Поэтому сначала в работе с педагогами необходимо обеспечить понимание ими не просто нормальности кризиса, переживаемого подростками, но его необходимости.

Мы понимаем, что изменились сами. Но мы хотим, чтобы нас поняли и не кричали на нас. Они должны понимать наши проблемы и не паниковать зря. Нам самим тоже трудно (Наташа, 13 лет).

Важнейшую роль кризиса в развитии человека, в том числе подростка, отмечал еще Л. С. Выготский. Поэтому он обращал особое внимание на переходные, или критические, периоды, когда за небольшие промежутки времени происходят в ребенке изменения, заметные окружающим. По мнению Выготского, кризис, или критический период, является периодом качественных позитивных изменений, в результате которых происходит переход личности на новую, более высокую ступень развития.

Однако допустить и принять подростковую неуравновешенность, вызванную кризисом, многим педагогам может быть трудно из-за актуализации в ситуации взаимодействия с подростком своих собственных проблемных областей: чувства неполноценности, нереализованной сексуальной потребности, страха смерти.

Одна из проблем, существующих при взаимодействии педагогов и подростков, заключается в том, что у многих педагогов присутствует выраженное чувство неполноценности, которое внешне маскируется стремлением к авторитарности, безусловному подчинению; они не допускают даже намека на собственную слабость или незнание чего-то. Некоторые исследователи полагают, что бессознательная причина их выбора профессии заключается именно в желании занять позицию «сверху», позволяющую компенсировать чувство неполноценности. Понятно, что отказ подростков от полного подчинения, проявление ими непокорности и непослушания в различных формах не дает возможности такой компенсации, заставляет каждый раз остро переживать собственную неполноценность, вызывает резкие агрессивные выпады.

Другая проблема, на наш взгляд, определяется столь распространенной профессиональной деформацией педагогов, которая заключается в «застревании» в позиции «сверху», стремлении учить и поучать. Понятно, что такая деформация ставит под угрозу полноценную семейную жизнь в целом и удовлетворение сексуальной потребности в частности. При встрече с подростковой гиперсексу-

альностью такой педагог будет особо нетерпим к ее проявлениям, что может послужить причиной конфликтов между ним и детьми.

Третья проблема касается педагогов старше 40 лет, не разрешивших конструктивно кризис «середины жизни» или старше 60 лет — кризис «встречи со старостью». Обычно ими достаточно сильно вытесняется страх собственной смерти, поэтому любое напоминание о собственном старении вызывает сильные негативные чувства. Подростки же, демонстрируя те или иные элементы своей субкультуры (новую музыку, прически, одежду), невольно напоминают педагогам о нарастании возрастного разрыва между ними, а следовательно, неизбежности их «ухода со сцены».

На одно из занятий с педагогами, посвященное работе с агрессией, я принесла резиновую страшную маску. Обычно я использую ее для работы с детьми, испытывающими страхи. Но с педагогами мне ее использовать не удалось. Как только я ее достала, женщины постарше стали кричать с места: «Это же маска смерти! Уберите ее!» Пришлось убрать, хотя то, что это маска смерти, ни мне, ни детям в голову не приходило (Ольга Владимировна, психолог).

Как помочь педагогам, испытывающим отмеченные трудности? Как нам представляется, сделать это с помощью школьной психологической службы чаще всего невозможно. Во всяком случае, в массовом масштабе. Необходимо иметь в виду их наличие и избегать их невольной актуализации во взаимодействии с педагогами.

Более вероятным является изменение отношения педагогов к агрессивным действиям подростков. Общеизвестно, что этот возраст характеризуется повышением агрессивности у большинства ребят. У некоторых ее уровень доходит до практически полной их неуправляемости. И педагоги, ведущие уроки в классах, в которых есть такие учащиеся, вынуждены либо терпеть агрессивные выпады, либо «шлифовать» свои собственные ответные формы агрессивного поведения: повышение голоса, насмешки, унижения, угрозы, «задавливание отметкой» и т.п.

Прежде всего педагогу необходимо понять, что ребенок не рождается агрессивным, хотя, безусловно, биологические предпосылки могут существовать. На развитие агрессивности влияют взаимоотношения в семье подростка, в основном, отношение к нему матери. Отчужденность, холодность, безразличие к интересам сына или дочери — вот основные его характеристики. Хотя внешне это не всегда проявляется. Мать может выглядеть гиперопекающей и даже сверхтребовательной или агрессивной в отношении педагогов, которые, по ее мнению, нарушают интересы ее ребенка. Однако при внимательном взгляде на подростка можно увидеть его «недоласканность», «недоцелованность» и «недолюбленность».

Следующий значимый фактор — стиль воспитания. Чаще всего агрессивный подросток вырастает в семьях с незрелыми методами регулирования дисциплины, когда родители непоследовательны и непредсказуемы в выборе реакций на отклоняющееся поведение ребенка. Им обычно не хватает терпения или времени научить ребенка следовать определенным правилам поведения. Кроме того, они выбирают неэффективные способы реагирования на агрессивное поведение подростка: слишком терпимое либо излишне жесткое. Однако попустительское отношение к проявлениям агрессии позволяет им перерасти в привычные. А использующие жесткие наказания родители оказываются для детей примером агрессивности. Кроме того, в этом случае подростки учатся противостоять родителям. И если они все-таки меняют свое поведение, то оно не становится внутренней ценностью. Получается, что наказание заставляет подростка скрывать внешние проявления нежелательного поведения, но не устраняет его.

Помимо стиля родительского воспитания на закрепление агрессивного поведения подростка влияет характер его общения с братьями или сестрами. Как отмечают исследователи, результатом насилия во взаимоотношениях между детьми в одной семье становится усвоение силовых моделей поведения: подросток, привыкший применять агрессивные реакции в отношении брата и сестры, с большой вероятностью будет использовать его и в общении с другими сверстниками.

Однако как педагогу учитывать все вышесказанное о семье агрессивного подростка? Общая схема — попытаться скомпенсировать негативное влияние семьи, т. е. по возможности дать то, что она не смогла обеспечить по каким-либо причинам.

Поэтому первое и самое главное условие успешной работы: подросток должен ощущать себя в школе любимым, чувствовать интерес и внимание к себе учителя. Но проблема в том, что не всякий педагог умеет любить, и научить его этому очень сложно. А без отношений, основанных на любви и принятии, невозможно установление доверия подростка к педагогу. Соответственно без выполнения этого условия все остальные рекомендации окажутся практически бесполезными. Кроме того, затруднить установление таких отношений может перенос подростком чувства гнева с родителей на педагога. И здесь «на учителя ложится еще одна задача: он не должен забывать, что сопротивление ребенка, его недоверие, его агрессивность относятся не лично к учителю, а выражают лишь его конкретные трудности, и учитель в настоящий момент является всего лишь доступным партнером, на котором тот может разрядиться» (Г. Фигдор, 2000, с. 118).

Каковы должны быть реакции взрослых в отношении агрессивного поведения? Как уже говорилось, резкое подавление агрессивности, строгие наказания или попустительство приводят к

закреплению агрессивного поведения. А склонный к суровому наказанию педагог невольно подает ребенку пример агрессивного поведения. Кроме того, строгость педагога может привести к подавлению агрессивных импульсов в его присутствии, но зато в бурном выплескивании их, когда его нет, к примеру на уроке более мягкого учителя. Однако отсутствие всяких наказаний приводит также к закреплению агрессивности. Поэтому перед педагогом стоит довольно трудная задача выбора способов разумного подавления агрессивности. При этом обязательно разъяснять ребенку справедливость наказания, чтобы итогом его было появление у него чувства вины, но не страха и враждебности к наказующему. Необходимо помнить, что наказание должно быть напрямую связано с поведением ребенка и акт наказания осуществлялся по возможности сразу после агрессивного поступка, т.е. чтобы временной разрыв между проступком и наказанием был минимален. Это необходимо для того, чтобы подчеркнуть неприемлемость данного поведения. Кроме того, немедленное наказание приносит неприятности до того, как нарушитель сможет осознать удовольствие от совершенного поступка.

Следует иметь в виду, что недопустимо угрожать наказанием, но потом не наказывать подростка, поскольку это будет ассоциироваться у него с родительской непоследовательностью. При этом иногда эффективной бывает временная изоляция, так как она не воспринимается ребенком как демонстрация к нему неприязненного отношения.

И наконец, по возможности, нужно предлагать подростку альтернативу тому поведению, за которое он наказывается, чтобы заложить фундамент будущих поощрений.

Следует также специально обучать подростков самоконтролю и рефлексии своего поведения (не обязательно агрессивного). Кроме того, агрессивные подростки, как правило, обладают экстернальным локусом контроля, т.е. склонны причины трудностей искать во внешних обстоятельствах, других людях, а не в себе: «Это они первые лезут, я только отвечал». Следует содействовать интернализации локуса контроля, т.е. постепенному переходу к принятию ответственности за свои действия на самого себя. Кроме того, поскольку подростки не имеют привычки задумываться над последствиями своих поступков, они не извлекают пользы из своего негативного опыта, и у них неоднократно возникают одни и те же затруднения. Поэтому полезно обсуждать с ребенком причины, вызвавшие агрессивные действия и его последствия.

Чаще всего такие подростки имеют неустойчивый образ «Я», поэтому им необходимо создавать ситуации успеха и использовать другие средства, направленные на усиление «Я». Подросток должен научиться верить, что у него хватит собственных сил для достижения успеха без применения агрессивного поведения.

Эти дети часто отличаются высоким честолюбием и стремлением к общественному признанию. Поэтому для контроля за своими побуждениями их можно ставить в условия соревновательности. А для направления активности в позитивное русло давать им ответственные поручения, по возможности позволяющие продвигаться вперед. Кроме того, необходимо учитывать стремление агрессивных подростков к лидерству и возможность перерастания его в отрицательное лидерство. Поэтому нужно иметь в виду, что лидерство в целом и, в частности, для агрессивных подростков обладает большим развивающим потенциалом, если педагог сумеет подобрать им конкретную область лидерства и поможет осуществить свои устремления.

Помимо умения работать с подростковой агрессивностью, педагогам нужно научиться помогать подросткам любить себя. И тогда их взаимодействие с ними станет практически бесконфликтным, поскольку в кризисный период подросткам этого особенно не хватает. И они будут благодарны всякому, кто поможет им справиться с собственным неприятием. Однако прежде всего необходимо определить, что такое любовь к себе, поскольку для многих педагогов перспектива обучать подростков любви к себе покажется абсолютно ненужной. Любовь к себе описывается в литературе как синоним понятиям «самопринятие», «положительное самоотношение», «положительная Я-концепция» и т.д., как чувство собственного достоинства, собственной ценности, осознание собственной уникальности и вера в свои возможности.

Однако не является ли любовь к себе проявлением эгоизма? Как отмечает Э. Фромм (1990), в современной культуре часто прослеживается альтернатива: или любовь к другим, что добродетельно, или любовь к себе, что грешно. Э. Фромм подробно рассматривал отражение этой альтернативы в теологии и философии (И. Кальвин, Ф. Ницше, И. Кант, М. Штирнер и др.) и пришел к следующему выводу. Догма, что любовь к себе несовместима с любовью к другим, заполнила теологию, философию и общественную мысль.

Однако, как считал Э. Фромм, разрешить это противоречие можно через введение и последующее определение понятия «себялюбие», которое не только не тождественно любви к себе, но обусловлено именно отсутствием таковой. Себялюбец любит себя не слишком сильно, а слишком слабо, вернее, он ненавидит себя. И с этим положением Э. Фромма хочется не просто согласиться, но подчеркнуть его особую значимость. Себялюбие действительно исключает какой-либо искренний интерес к другим людям, т.е. несовместимо с любовью к другим. Реальная же любовь к себе и любовь к другим, как утверждает Э. Фромм, коренным образом взаимообусловлены. Установка на любовь к себе обнаруживается у всех, кто способен любить других.



Таким образом, крайне необходимо, чтобы педагоги умели видеть наличие у подростка трудностей в принятии самого себя и могли помочь снизить остроту этой проблемы.

Как это можно сделать? Прежде всего подросток должен чувствовать себя принятым педагогом. Об этом уже говорилось ранее. Добавим только, что важна не только объективная ситуация, т.е. наличие реального принятия, но субъективное видение ее подростком. Имеется в виду, что педагогу нужно уметь довести до подростка сознание того, что его принимают. А для этого, по возможности, акцентировать внимание подростка на тех позитивных качествах и поступках, которые педагог в нем замечает. К сожалению, традиции воспитания таковы, что взрослые склонны акцентировать внимание преимущественно на недостатках, а не на достоинствах подростков. Е. В. Сидоренко (1995) объясняет это тем, что у большинства взрослых существуют так называемые «запреты на поглаживания», т.е. трудности, а иногда и невозможность продуцирования положительных оценок. Действительно, многие люди очень легко формулируют недостатки другого, но бывают в затруднении, если ситуация вынудит их вслух называть его достоинства. Следствием этого является существенное преобладание в активном словаре негативной лексики над позитивной, а также неумение самого подростка словами «погладить» кого-то. К примеру, во время наших занятий очень многим учащимся сложно было выполнить такое задание: подойти к партнеру и, глядя ему в глаза, закончить фразу: «Мне в тебе нравится...»

Поэтому будет очень полезным применение педагогами так называемых воодушевляющих высказываний, описанных Е. В. Сидоренко. Главная цель таких высказываний — построить такие отношения, в которых признаются и подкрепляются усилия ребенка, направленные на самопонимание и самоутверждение. Важно отметить, что при этом отсутствует оценка. А общение строится не по типу Родитель — Ребенок (в понимании Э. Бёрна), а по типу Взрослый — Взрослый, поэтому воодушевляющие высказывания ни в коем случае не являются похвалой, которая всегда имеет оценочный характер и производится из родительской позиции. Приведем примеры воодушевляющих высказываний: «Я уверен, что ты сам в этом разберешься», «Я уверен, что ты сможешь сделать это», «Я вижу, как ты напряженно работаешь», «Когда ты об этом говоришь, создается впечатление, что тебе нравится работать над задачей», «Ты нашел способ сделать так, чтобы у тебя получалось задание» и т.п.

Также очень важно подчеркивать ценность собственного мнения подростков, его права на точку зрения, отличную от окружающих. Педагоги должны уметь проявлять внимание к мнению подростка, касающемуся не только учебных предметов, но и интересов его самого. При этом необходимо замечать не только тех, кто высказывается

без дополнительного побуждения, но и тех, кто держит свое мнение при себе. По мнению Ф. Дольто (1997), стоит подбодрить таких подростков: «Ты ничего не говоришь, но ведь и у тебя есть собственное мнение». Подросток, к которому обращаются таким образом, убеждается, что его мнение тоже что-то значит для учителя.

Необходимо сказать немного и об оценивании подростков. Они с особой остротой воспринимают несправедливость оценки, долго помнят ее, обижаются на педагога и нередко мстят ему. Причем в действительности педагог может быть и прав, а оценка соответствовать реальной ситуации. Поэтому очень важным является умение педагога так обосновать оценку и критерии ее выставления, чтобы подросток его понял. Следует учитывать, что он часто воспринимает отметку как оценку собственной личности, а не как оценку результата своего труда.

Все у меня не так, как у людей. Прошлую четверть закончила неважно. Четыре тройки. Вот решила за ум взяться. Весь вечер готовилась к зачету по английскому, а получила «три», хотя я совершенно уверена, что оценка поставлена несправедливо. Семенову, этому бездельнику, тоже «три» поставили. Но ведь мои знания и его — это совсем разные вещи. Он сказал два предложения, а Лариска и этому рада. Это наша учительница. Она, конечно, хорошо нас учит. Но не всегда справедлива (Лена, 15 лет).

Им нравится говорить, что я вот такой плохой, а они все хорошие. А я ничего не могу, ничего не умею. Но почему? Если я плохой ученик, это ведь необязательно, что я плохой человек (Павел, 14 лет).

Необходимо четко сформировать у подростков представление о том, за что именно ставится данная отметка. Не должно существовать тезиса: «Ученик меня не понял», а только: «Я не сумел ему объяснить так, чтобы он меня понял». Особенно острое чувство обиды и унижения вызывает у подростка сопоставительное оценивание, когда его успехи сравниваются с успехами товарища.

Следующий важнейший аспект взаимодействия педагогов с подростками — это всемерное содействие развитию у них рефлексии. Действительно, с рефлексивным подростком можно решить конфликт конструктивно, договориться, заинтересовать, объяснить, поэтому общение с ним становится более спокойным. Но какие возможности имеет педагог для развития рефлексии у подростков? Прежде всего — это побуждение их к содержательному оцениванию результатов своих учебных действий, т. е. рефлексивное оценивание того, «кем я был» и «кем я стал», «каких результатов добился» и «каким путем я шел к этим достижениям», «какие трудности я испытывал и как их преодолевал». Необходимо также учить подростка определять границу своего незнания и делать целенаправленный запрос к различным источникам (к взрослым, сверстникам, литературным источникам) для его ликвидации. И, конечно, важнейшее условие — предоставление учащимся опыта самооценивания через различные формы рефлексии.

Следующее, что может педагог, — это словесное формулирование (вербализация) чувств подростка в той или иной ситуации. Таким образом, он, с одной стороны, помогает подростку самому лучше понять себя, с другой — показывает, что понимает его состояние. Например: «Я понимаю, что ты расстроен, получив двойку, и тебе обидно, что так получилось именно с тобой». Но для этого необходимо, чтобы педагог стремился и умел увидеть внутренний мир подростка, отодвинув в сторону собственные переживания и ожидания. Это трудно, но если хотя бы раз педагог столкнется с внутренней благодарностью подростка за то, что его, наконец, поняли, то будет пробовать еще и еще.

Безусловно важно, чтобы педагог хорошо разбирался в собственных чувствах и понимал их, тем самым предоставляя подростку образец хорошо рефлексирующего взрослого. В этом случае полезно будет освоить так называемые «Я-высказывания», переносящие акцент в той или иной трудной ситуации с осуждения ее виновника на чувства, которые вызвала данная ситуация у педагога. Например, опоздание на урок в этом случае будет сопровождаться не репликами типа: «Опять ты опоздал. Когда это прекратится?», а фразами: «Я огорчена, что ты пропустил важный момент урока» или «Я сержусь на тебя за опоздание», «Я беспокоюсь, что ты не усвоишь тему» и т.п.

Итак, мы рассмотрели вопрос о психологической поддержке педагогов. В заключение подчеркнем, что действительно работа с подростками требует от педагога не просто методического профессионализма, но и личностной целостности. Только психологически здоровый педагог, в основе жизни которого является радость познания, общения, деятельности, способен не навредить подросткам, а также самому себе, и испытывать удовольствие от педагогической деятельности. Впрочем, это относится не только к учителям старших классов, но и ко всем педагогам, работающим с детьми разных возрастов.

### **Контрольные вопросы**

1. Почему родителям подростков необходима психологическая поддержка?
2. Какие жалобы они обычно предъявляют?
3. В чем проявляется непонимание между подростком и родителями?
4. Какие личные проблемы родителей осложняют их взаимодействие с подростком?
5. Почему необходима психологическая поддержка педагогам, работающим с подростками?
6. Какие внутриличностные конфликты педагогов могут проявляться в их общении с подростками?
7. В чем состоит основная задача педагогов в их взаимодействии с подростками?

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

К какому же итогу можно прийти после рассмотрения ключевых проблем современных подростков? Можно согласиться с традиционным представлением об этом периоде как о важнейшем качественном изменении состояния, таком же, как рождение, брак, смерть. Некоторые считают его вторым рождением — духовным, социальным. В этот период подросток, несмотря на внешнюю браваду, порой переходящую в грубость и агрессивность, на самом деле крайне раним и незащищен. И ему как никогда требуется понимание взрослых. От родителей и педагогов во многом зависит дальнейший выбор его пути — к саморазвитию или к саморазрушению.

Если взрослые сумеют понять подростков, они откроют им потрясающую глубину своих мыслей и чувств, о которых многие взрослые часто не имеют представления.

Так, на наших занятиях психологией в Ломоносовской школе г. Москвы подростки горячо спорят об источниках развития человека, утверждая, что только сам человек может побудить себя к развитию. Они рассказывают нам, что прекрасно замечают, какие «маски» используют некоторые взрослые, чтобы скрыть собственные слабости и неумение развиваться: «маску силы», «маску самоуверенности», «маску власти». Они мечтают о том, чтобы будущая жизнь их была счастливой и творческой, а выбор жизненных целей — осознанным и ответственным. А главное — они стремятся найти свой уникальный смысл жизни и обязательно реализовать его.

## ЛИТЕРАТУРА

- Андреева Г. М.* Социальная психология. — М., 1997.
- Антимир русской культуры. — М., 1996.
- Антропология насилия. — СПб., 2001.
- Бахтин М. М.* Творчество Франсуа Рабле и народная культура Средневековья и Ренессанса. — М., 1965.
- Бёрн Э.* Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. — СПб., 1992.
- Бочаров В. В.* Антропология возраста. — СПб., 2001.
- Баттерворт Дж., Харрис М.* Принципы психологии развития. — М., 2000.
- Блум Г.* Психоаналитические теории личности. — М., 1996.
- Бэрон Р., Ричардсон Д.* Агрессия. — СПб., 1997.
- Гуггенбуль А.* Зловещее очарование насилия. — СПб, 2000.
- Духовный кризис: Когда преобразование личности становится кризисом. — М., 2000.
- Дольто Ф.* На стороне подростка. — СПб., 1997.
- История и культура орочей. — СПб., 2001.
- Кон И. С.* Подростковая сексуальность на пороге 20 века. — Дубна, 2001.
- Крайг П.* Психология развития. — СПб., 2000.
- Мазалова Н. Е.* Состав человеческий: Человек в традиционных соматических представлениях русских. — СПб., 2001.
- Маслоу А.* По направлению к психологии бытия. — СПб., 2002.
- Мир детства и традиционная культура: Сб. научных трудов и материалов. — М., 1994.
- Мухина В. С.* Возрастная психология: Феноменология развития, детство, отрочество. — М., 1998.
- Оудсхорн Д. Н.* Детская и подростковая психиатрия. — М., 1993.
- Прихожан А. М.* Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика. — М.; Воронеж, 2000.
- Пропп В. Я.* Проблема комизма и смеха. — М., 1976.
- Психосинтез и другие интегративные техники. — М., 1997.
- Путь к себе. — 1992. — № 6.
- Ракитов А. И.* Информационная технология, экономика, культура. — М., 1995.
- Реммидт Х.* Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. — М., 1994.
- Сидоренко Е. В.* Опыты реориентационного тренинга. — СПб., 1995.

- Фигдор Г.* Психоаналитическая педагогика. — М., 2000.
- Франкл В.* Психотерапия на практике. — СПб., 1999.
- Фромм Э.* Бегство от свободы. — М., 1990.
- Фромм Э.* Психоанализ и этика. — М., 1993.
- Чередникова М. П.* Современная русская детская мифология в контексте фактов традиционной культуры и детской психологии. — Ульяновск, 1995.
- Эриксон Э.* Идентичность: Юность и кризис. — М., 1996.
- Этнография детства.* Традиционные методы воспитания детей у народов Австралии, Океании, Индонезии. — М., 1992.
- Элиаде М.* Священное и мирское. — М., 1994.



## ПРИЛОЖЕНИЯ

### ПРИЛОЖЕНИЕ 1

#### Протоколы бесед с подростками и их родителями, проведенных студентами-психологами

Беседа проводилась с Викой (14 лет) и ее мамой (40 лет).

*Беседа с Викой.*

— Вика, у тебя есть проблемы?

— Есть.

— Давай поговорим о них. Какие они, с чем связаны?

— Моя главная проблема — это отношения с родителями, а точнее, с мамой. Она меня совсем не понимает, считает, что я совсем маленький ребенок. У нее ко мне завышенные требования. Она требует от меня каждый день уборки квартиры, хороших оценок, приготовления ужина или обеда.

— А у тебя есть проблемы с учебой?

— Да, я часто получаю плохие оценки, например, по химии. У меня уже две двойки. Мне просто лень готовить уроки. Мне кажется, что есть вещи поинтереснее.

— А помимо учебы есть какие-нибудь проблемы?

— Да сколько хочешь. Например, меня очень напрягают отношения с отчимом. Мне порой кажется, что он меня ненавидит. Он всегда найдет повод на меня наорать. Еще у меня нет настоящего друга. У меня много друзей и нет особых проблем найти, с кем тусануться. В общем, одна я никогда не остаюсь. Но хочется настоящего друга, желательно мужского пола, который бы во всем помогал и понимал меня. Еще мне не нравится постоянный контроль с маминой стороны (куда пошла, с кем, за чем).

— Давай теперь поговорим о радостях в твоей жизни.

— Радости у меня всегда и везде. Я считаю себя жизнерадостным человеком. Я очень люблю покушать. Мне доставляет огромное удовольствие общаться с друзьями, близкими родственниками.

— Тебе понравилась наша беседа?

— Да. Я хотела бы почаще разговаривать на эту тему, но только с психологом. Это человек, который никому ничего не расскажет. А я просто очень не люблю выдавать свои секреты.

*Беседа с мамой.*

— Расскажите, у вас возникают проблемы в общении с дочерью?

— Конечно. Моя дочь часто забывает, что она разговаривает с мамой, а не с подружкой. Мне очень не нравится, когда она пользуется своей терминологией. Я считаю, что свои блатные словечки она должна оста-

вить за порогом дома. Мне не нравится, когда она со мной оговаривается. Например, попросишь выполнить самые элементарные вещи, которые должны входить в ее обязанности (убери квартиру, вымой посуду), так ведь она будет оговариваться, но все равно не выполнит мою просьбу.

Меня очень волнует, что она мало времени уделяет учебе, совсем не задумывается о завтрашнем дне. У нее нет как таковых сформированных целей, каких-то увлечений. Она увлечена своими друзьями, уже обращает внимание на мальчиков. А мне бы хотелось, чтобы у нее были другие увлечения: ходила бы на какой-нибудь кружок, рисовала или шила. Она очень ленива.

— А какие есть радости в вашем общении?

— Я очень рада, что она жизнерадостный человек. Она оптимист по жизни, очень общительна, доброжелательна. Я уверена, что если со мной что-то случится, она никогда не бросит в беде. Например, я недавно сломала руку. Так она ни на шаг от меня не отходила. Помогала во всем, кушать готовила и дома убиралась.

*А. Кузина*

\* \* \*

Беседа проводилась с Антоном (15 лет) и его мамой (42 года).

*Рассказ Антона.*

Я не уважаю родителей. Отца презираю. Он ушел из дома, бросил семью, завел себе новую. Отцу я безразличен. Мать свое горе топит в бутылке. Вечные знакомые, которым она постоянно на меня и отца жалуется. Она пытается участвовать в моей жизни, и обычно все основывается на нравоучениях и скандалах. Для меня она далеко не идеал, не пример для подражания. Общаться с родителями просто не имеет смысла. Они не способны меня понять, да и совет дельный от таких людей не получить.

Родители пытаются учить, постоянно упрекают, хотя сами ничем не лучше. Когда я был маленьким, я любил маму и папу. Считал, что это самые добрые люди на свете. Теперь вижу, что они состоят из пороков. У меня нет идеалов, мне все равно. Нет цели в жизни, не знаю, что делать. Правда, я хочу иметь сотовый телефон, хорошо одеваться, но нет денег даже в кино сходить. Пытался заработать, но не получилось.

Ненавижу учебу. Мать меня не понимает, кричит, что надо учиться. Даже пыталась меня пристроить в школу, из которой меня не раз выгоняли. Но я перестал понимать, отстал от школьной программы. Со мной никогда не делали уроки. Родители не хотели мне помочь, а теперь я сам ничего не хочу. Учителя постоянно унижают, ставят двойки. Директора просто ненавижу. Всегда орет на меня, грозит поставить на учет в милицию за разбитые окна в туалете, хотя это сделал не я, а вину переложили на меня. Весь мир против меня.

Один единственный человек, который всегда рад меня видеть, моя бабушка. Она живет не с нами. Когда я к ней приезжаю, мы долго можем разговаривать, пьем чай. Она любит меня любого.

Еще у меня есть друзья, которые так же, как и я, бегут из дома, где их ждут крики, угрозы, нравоучения. Мы собираемся на улице, тусуемся

в разных местах. Здесь мы все одинаковые, никто не требует от тебя быть лучше. Мы вместе слушаем тяжелый рок. Дома не дают слушать музыку. Мать начинает орать, если я включаю магнитофон. А с друзьями я чувствую себя свободным, мне с ними легче, чем дома с матерью. Хотя и среди друзей я не вижу идеала.

*Рассказ мамы.*

Я всю жизнь ему посвятила: в музыкальную школу водила, в математической учила. В вечернюю пристраивала. Все бестолку. Вместо благодарности только огрызается и шляется с утра и до вечера. Я его из одной школы перевела в другую, думала, наладится учеба, а он забросил ее вообще. Одни неприятности начались, проблемы с преподавателями. Директор выставил мне счет за разбитые стекла, ругается на сына.

На Антона я потратила все нервы, тряслась над ним все эти годы. И не вижу никакой благодарности. Ему не нравится, что я выпиваю рюмку. А ведь это единственное, что успокаивает. Утром идти на работу, а он гуляет до полуночи. Ни о чем у него ни допросишься, даже в магазин за хлебом не пошлешь. Он перестал со мной разговаривать. Как только появляется дома, сразу запускает на всю мощь свою жуткую музыку, включает на полную громкость так, что стены трясутся. Невозможно жить в такой обстановке. Иногда приходит пьяным. Я думаю, это все вина его беспутных друзей, которые потянули моего сына вниз. Нет на Антона никакой управы. Весь в своего отца. Такой же дурной вырос, гуляющий, неуправляемый.

Но каким же он был хорошеньким, когда был маленький. Разве можно было подумать, что из такого ангелочка вырастет такой хулиган. Ничего ему в этой жизни не надо. Никакого уважения к старшим. Не понимаю, как мой сын стал таким. Ведь буквально два года назад он был хорошим мальчиком, ходил в школу, учился, как все, разговаривал, общался с семьей. Во всем виноват отец. Если бы не он, все было бы по-прежнему.

*О. Киреева*

\* \* \*

Беседа проводилась с Мариной (15 лет) и ее мамой (45 лет).

*Беседа с Мариной.*

— Как поживаешь?

— Куда ни посмотрю, вокруг одни уроды и козлы.

— Зачем ты так, люди бывают разные.

— Может быть. Но когда меня кто-то бесит, то все они козлы.

— А ты не пробовала искать в них хорошее?

— Пробовала. Но, по-моему, это некий талант: одним дано, другим нет.

— В каждом человеке есть что-то, за что его можно любить.

— А в ком-то нету вообще, так как у него нету своего «Я». Он — карикатура на всех.

— Нет, ты не права. У каждого человека есть «Я». Человек не перепутает себя перед зеркалом. Он знает, что это его отражение.

— А если он поймет, что он — это смесь людей, его окружающих, то в зеркале он увидит именно их. Не понимаешь? Это я о себе говорю, глупый. Я просто ненастоящая, я двуличная.

— Двуличность — это то, что присутствует у каждого. Это значит, что ты человек. Только ты неправильно сказала: не двуличность, а противоречивость. А раз ты об этом задумываешься, то ты, по-видимому, умна не по годам.

— Ты это объясни моим родителям. Они считают меня глупой девочкой. Я экзамен по химии не с первого раза сдала, и теперь меня гулять не пускают. Жизнь моя кислая. Как все надоело!

— Не говори так.

— Почему? Гулять не пускают, по карманам лазят. Все сумки, портфели проверяют. На дискотеку выбираюсь редко и с трудом.

— А ты не думаешь, что родители тебя настолько сильно любят, что боятся за тебя больше, чем за самих себя?

— Куда уж им. Им до меня нет никакого дела. Я в доме, как в тюрьме: это нельзя, это не делай. Только сиди и готовь уроки. Сколько можно учиться? Они меня до сих пор считают ребенком. А я уже взрослая. Но, к сожалению, это мое глубокое впечатление и делает меня маленькой дурочкой в их глазах.

— Они тебя так называют?

— Да и не только так. Говорят, что я глупая, что у меня нет будущего. Пробовала разговаривать с ними. Мама начинает кричать. Но все заканчивается одинаково: «Мама, извини, я была не права».

— А с папой говорила?

— Да, папа понимает. А что толку? Мама — главная в семье. И у меня духу не хватит все ей высказать. И еще к тому же мама так воспитывалась, и говорит, что я тоже так своих детей воспитывать буду. Я даже не могут естественно себя вести при них.

— Почему?

— Потому что в их присутствии у меня вырабатывается гормон «хорошей девочки», и я немею. В общем я решила стать нигилисткой. Я Базарова просто обожаю. Отрицать все нормы, нравственность, отрицать чувства.

*Беседа с мамой.*

— Вы куда-то ездили на выходные?

— Да, мы к бабушке ездили.

— Ну, как отдохнули?

— Марина когда-нибудь доведет. Мы ей говорим, что у бабушки хорошо, там озеро, лес. А она ехать не хочет. Чуть ли не насильно затащили в машину. Потом все два дня из себя чего-то строила. Как будто нам это надо, мы же для нее стараемся.

— Но вы же лишаете ее выбора.

— Откуда она может что-то знать. Мы заботимся о ее здоровье, ее благополучии. Она же еще ребенок. Мы намного больше ее пожили, намного больше пережили.

— Вам кажется, что она ничего не понимает?

— А как она может что-то понять? В ее возрасте учиться надо, а она с мальчиками гуляет, на дискотеки ходит.

- А вы в ее возрасте?
  - Нет. Я была добропорядочной девушкой. Мать меня в ежовых рукавицах держала. Мою мать бабушка так же воспитывала. Я так же воспитываю своих детей. А дети так же будут воспитывать своих.
  - А ваша мама проверяла ваши карманы, сумочки?
  - Она не то что проверяла все карманы, она устраивала нам допрос, если мы от школы до дома шли больше двадцати минут.
- Дальше мама Марины предложила чаю, показав, что не хочет продолжать разговор.

*П. Иванов*

## *ПРИЛОЖЕНИЕ 2*

### **Ретроспективные воспоминания о подростковом периоде молодых людей (студентов-психологов) и их родителей**

#### **Когда я была подростком**

Насколько я себя помню, мне рано пришлось стать самостоятельной. Когда мне было 11 лет, мои родители развелись и им было очень трудно разрываться между своими проблемами, возникшими из-за развода, и мной. Поэтому папа сразу перестал интересоваться моими уроками, сказав: «Алена, ты уже у нас совсем взрослая, я тебе доверяю и буду проверять оценки только в конце четверти». Я ужасно обрадовалась! Никакого контроля в течение целых трех месяцев, об этом можно было только мечтать! Мама в это время стала брать дополнительную нагрузку на работе, и у нее просто не было сил «прорабатывать» меня по поводу учебы. Надо сказать, жить в этом смысле стало намного легче. Где-то года через два родители решили обзавестись каждый своей второй половиной, и свободы стало еще больше. Меня начали оставлять одну в квартире на довольно долгое (по моим представлениям) время: два дня, три. Мне оставляли деньги на питание и мелкие расходы, и я была вправе распоряжаться ими по своему усмотрению. В то время, когда мои подруги были вынуждены отпрашиваться у родителей погулять подольше вечером, я спокойно отправлялась ночевать к ним, оставляя лишь записку о том, где я нахожусь. В учебе тоже произошли перемены: я решила оставить за собой право выбора изучения трех предметов, которые мне нравились, от посещения других часто отказывалась: просто уходила с уроков или просыпала первые занятия. Если по литературе я была одной из лучших в старших классах, то математика и история еле-еле натягивались на «три». Далее началось! Я попала в компанию ребят и девчонок старше меня на 2 — 3 года и очень легко там ужилась. «Тусить» нам всем было негде (вряд ли чьи-нибудь родители были бы в восторге от компании «металлических» ребят и девчонок с сигаретами в зубах и бутылками пива), поэтому мы очень хорошо устроились в подвале многоэтажного дома (была зима, а там тепло и сухо), и после уроков меня всегда можно было найти там. Отношения с моими старыми друзьями стали быстро портиться, все подруги были очень «домашними» девочками и даже не могли предста-

вить, что эта компания по сути состояла из хороших людей, отношения со многими до сих пор очень теплые. Закончилось все очень неожиданно: в какой-то день из-за сильного шума в подвале (мы всего-то ставили новую раму для подвального окошка) соседи вызвали милицию и нас всех забрали. В тот вечер я пришла домой поздно, рассказала все родителям, и начался трудный разговор. Как ни странно, но меня не ругали, а лишь предложили помощь в нахождении нового помещения для молодежи. Меня это сначала вдохновило, но через некоторое время моя жизнь повернула совсем в другую сторону, и подвал отошел на второй план. Я восстановила отношения со старыми друзьями, не теряя новых, стала встречаться с мальчиком, появились новые интересы, джинсы непонятного фасона сменились на кокетливую юбочку и т.д.; жизнь вообще очень здорово перевернулась, а с учебой мы с мамой быстро разобрались: за «пятерки» по самым ненавистным предметам мы установили небольшую плату (что, правда, не педагогично), и вскоре я училась очень хорошо. Мне было тогда всего 15 лет, но чувствовала я себя более взрослой. Я умела постоять за себя, ответить за свои ошибки, но считала, что прав у меня больше, чем обязанностей. Например, я имела право уйти с друзьями на шашлыки, иногда нагрубить родителям, смотреть телевизор до ночи, затем читать книгу до утра, но совершенно не чувствовала себя обязанной убраться в комнату, приготовить ужин, сделать уроки и прочее.

Я могу еще очень много вспомнить из своего подросткового возраста, но это самое основное, что отложилось в моей памяти и сохранилось до сих пор.

### **Воспоминания моей мамы (почти дословно)**

Должна сказать, очень хорошо, что я сначала записала свои воспоминания, а затем спросила у мамы о ее. Потому что в ходе ее рассказа выяснилось, что наши впечатления обо мне как о подростке слишком различны и взгляд на одни и те же события разный. Мама считает, что мой подростковый период оказался самым трудным для нее и самым неуправляемым. Обстановка в семье действительно была очень сложной для всех ее членов, но я стала прямо-таки «бешеной». Во мне проснулось желание научиться шить, но дело никогда не шло дальше того, что я искала материал (чаще всего это было какое-нибудь мамино платье), затем резала его, естественно, без всяких навыков, а так, на глаз, вырезала какой-то цветочек и на этом все заканчивалось. Причем делала я это, не предупреждая маму, что я что-то у нее взяла. Резала я и папины вещи, но гораздо реже, поэтому его гардероб был более обширным.

Я начала очень рано развиваться физически и в 12 лет выглядела уже взрослой сформировавшейся девушкой, в связи с чем мне срочно понадобились соответствующие вещи, косметика и т.д. Мама начала недосчитываться то туши для ресниц, то теней для век, то еще чего-нибудь. Частенько утро начиналось с принципа: кто раньше встал, того и тапки. Если мне надо было раньше мамы выходить из дома, значит, она не могла надеть свой костюм, который приготовила с вечера, или не обнаруживала туфель, которые «нечаянно» подошли к моему платью. Все это,



так же, как и резание платьев, делалось «втихаря», мама возвращалась поздно вечером домой с работы, ругалась, на что я отвечала невинным взглядом и говорила, что очень не хотела будить ее утром. Если же мама решала проучить меня и надевала что-нибудь из моего гардероба, то истерика не прекращалась в течение нескольких часов, я рыдала и говорила, что все хотят посягнуть на мою личную жизнь и личные вещи. Посягательством на личную жизнь считалось также и то, что кто-то из родителей, кому первому надоедал бардак в моей комнате, начинал сам убираться в моих шкафах. Сначала он долго выслушивал в свой адрес очень много нелестного, а когда я в ответ слышала, что за такие слова меня не отпустят гулять в течение такого-то времени, я затевала следующий диалог:

- Мама (папа), у тебя есть своя личная жизнь?
- Есть.
- У тебя есть своя тумбочка, куда мне нельзя лезть?
- Никто не говорит, что тебе нельзя, просто сначала спроси.
- А секреты у тебя какие-нибудь есть?
- Есть.
- Тогда можно у меня вот этот шкаф будет моим секретом?
- Конечно.

«Засекреченными» со временем становились все тумбочки, шкафчики, столы в моей комнате, и родителям ни к чему не разрешалось прикоснуться. Их же тумбочки открывались запасными ключами, шпильками, даже задняя стенка снималась, если аккуратно вытащить из нее гвоздики.

В то же время я начала как-то странно, немыслимо одеваться. Маленькое черное вечернее платье надевалось с папиным бордовым галстуком, зелеными мамиными туфлями. Образ дополняли голубая джинсовая жилетка, начес на голове, яркий макияж и крепкие духи. На мамини слова, что все это ужасно безвкусно, я отвечала, что ищу свой собственный стиль и очень прошу, чтобы никто мне в этом не мешал.

Вообще я была совершенно неуправляема, мне нельзя было сказать ни одного слова «не тем тоном». Я вполне воспринимала критику со стороны родителей, но только ласково сказанную, ненавязчивую, оставляющую за мной право все-таки выбирать самой. Как только звучал хоть немного повелительный тон, я начинала грубить, хамить, а если меня слегка шлепали, то давала сдачи с удвоенной силой, т.е. авторитетов никаких для меня не существовало.

В VI классе (мне было 12 лет) меня решили перевести в более сильный класс, но там у меня никак не складывались отношения с ребятами. Однако родители ничего не подозревали, наоборот, радовались, что ребенок начал усиленно заниматься уроками по вечерам, рассказывал, как весело в школе, и т.д., до тех пор пока одноклассница не встретила мою маму и не спросила, почему меня нет в школе уже 2 недели и как я себя чувствую. В итоге меня отвезли на дачу на три дня и затем перевели в свой класс. Все понемногу начали успокаиваться.

Еще я очень любила шокировать своими ответами всех гостей моих родителей, которые приходили к нам. Я не любила отвечать на стандартные вопросы типа: «Как в школе? Кем будешь, когда вырастешь?», зато мне очень нравилось спорить по поводу политики, молодежи и т.д.

Где-то к 15 годам я стала вести себя спокойно и уравновешенно, научилась идти на компромисс, и родителям стало «легче дышать».

*Е. Морозкина*

\* \* \*

### **Когда я была подростком**

Самая большая радость заключалась в том, что я впервые поехала в пионерский лагерь, конечно, в то время пионеров уже не было, но лагерь сохранил свое патристическое название. Там я могла действительно быть самостоятельной: делать все, что хочу, спать, когда хочу, есть то, что хочу, забывая при этом о том, что в лагере все мы жили по четкому расписанию и находились под присмотром вожатых, но вся прелесть состояла в том, что вожатые — это ведь не родители. По возвращении домой с родителями, в основном с мамой, начались конфликты. Я хотела гулять хотя бы до 10 часов вечера, но родители просили, чтобы я приходила домой не позже 9 часов. Я хотела ходить на дискотеки вместе с подругами, но родители не пускали. На почве этих конфликтов даже возникали мысли о суициде, к счастью все обошлось. Больше всего мне нравилась моя комната, я часто закрывалась там и слушала любимую музыку, смотрела телевизор, одно только было плохо: у меня в комнате не было телефона. Телефон стоял в комнате у родителей, поэтому мне было неудобно разговаривать с подругой при родителях, к тому же они ругались, что я долго разговариваю и занимаю телефон. Иногда мама, услышав обрывки разговора, просила рассказать, о чем мы с подругой говорили. Тогда мы с подругой стали говорить по телефону на смеси английского и французского, так как учили в школе два языка. Родители ничего не понимали, они учили немецкий, а я говорила, что мы учим домашнее задание. В старшем подростковом возрасте я была очень недовольна своей внешностью, мне казалось, что я «толстая, противная и страшная», хотя окружающие, особенно друзья родителей, считали меня очень симпатичной, и это особенно меня бесило. Я перестала есть практически все. Когда я очень резко похудела, родители отвезли меня к психологу, я думала, что мы едем к какому-то другому врачу. Мне поставили диагноз «анорексия», отругали и сказали, чтобы я перестала валять дурака и начала нормально питаться, но меня все устраивало. На меня обращали внимание многие ребята, родители перестали мне запрещать делать различные вещи, а потом это все как-то стало само собой разумеющимся, я поняла, чего я хочу добиться в жизни, куда поступить, встретила любимого человека. Сейчас я рада, что преодолела этот период и все трудности этого возраста.

*Беседа с мамой (сейчас маме 55 лет, мне 19 лет).*

Мама долго отказывалась говорить со мной о подростковом периоде. Потом сказала: «Когда тебе исполнилось 14, радостей у меня не стало».

— Почему?

— Потому что боялась, что в какие-то дразги ввяжешься. Ты же могла вон пойти и пупок себе проколоть неизвестно где, думаешь маме легко было пережить? А радостей у меня с тобой совсем не было. Ты проблемным ребенком была.

— Да, но зато у меня не было проблем с переходом из школы в институт.

— Да, не было. Слишком рано повзрослела (с сарказмом).

— Почему ты так говоришь?

— Слишком рано с мальчиками начала встречаться. Издевалась над ними как хотела, вон до сих пор я с бедным Илюшей здороваться стесняюсь.

На этом разговор закончился. Мама не смогла назвать никаких радостей подросткового возраста.

*Н. Мошкова*

\* \* \*

### **Когда я была подростком**

Это сложное время. Многие склонны несколько романтизировать его. Но, на мой взгляд, это один из самых тяжелых периодов в жизни человека. В это время все меняется, причем достаточно быстро, а это довольно сложно. Проблемы? Да все как обычно. Я требовала свободы, а родители никак не могли смириться с тем, что я уже не ребенок. Проявлялось это по-всякому: не то надела, не то сказала, пришла не вовремя, сделай так, сделай эдак — в общем классический коктейль. Я реагировала как нормальный подросток: хамила, грубила, перечила, делала назло. Очень похоже на период своеобразной феодальной раздробленности в семье. Хотя, наверное, все объяснимо. Просто я — третий ребенок в семье, к тому же я младшая, да еще и девочка. Вот со мной все детство и сюсюкались. А когда стала взрослеть, не смогли остановиться, продолжали по инерции. Да и сама я, с одной стороны, требовала свободы, а с другой — хотела продолжать оставаться центром внимания, сплошные противоречия.

### **Когда дочь была подростком (рассказ мамы)**

Это была «веселая пора». В это время еще вчера такой маленький и послушный ребенок превращается в чудо-юдо. Во вредное и своевольное чудо-юдо, хотя, конечно, все не так уж страшно. Но трудности определенные были. С дочкой особый случай: младшая, всеми обожаемая. Со старшими сыновьями было легче. Почему-то к их переходному возрасту больше была готова. С ними я могла быть строгой. А с дочкой как-то не получалось. В итоге ей позволялось гораздо больше, чем надо бы. Ну хотя бы одежда, что она на себя надевала. Это было ужасно безобразно. Но чем больше я ей об этом говорила, тем с большим удовольствием она это носила. Тогда я избрала другую тактику: просто переставала замечать ее наряд или, как это у вас называется, прикид, и не прогадала. Через некоторое время этот ужас исчез. Гардероб стал более приличным. Сегодня я могу уверенно сказать, что у моей дочери очень хороший вкус. Да и вообще она выросла неплохим человеком. Я ею горжусь. Я думаю, что проблемы в подростковом возрасте неизбежны, и в этом нет ничего страшного. Это своеобразный и довольно сложный экзамен на профпри-

годность для родителя. Когда моя дочь сама будет мамой, я уверена, она сдаст его на «отлично».

*К. Иванова*

\* \* \*

### **Когда я была подростком**

Самое яркое воспоминание связано с младшим подростковым возрастом. Мне было 11 лет, и я очень волновалась по поводу своей внешности. Мама косметикой пользоваться не разрешала, а одежда, соответствующая моему возрасту, мне категорически не нравилась. Место, в котором мне хотелось отличиться вдвойне, — это была школа. Хотелось вызвать шок у учителей, восхищение у подруг и, конечно же, интерес у мальчиков.

Моя мама всегда была показателем женственности и хорошего вкуса. Примерять ее вещи мне нравилось больше всего. И вот однажды меня озарила мысль, как произвести в школе фурор. Я разработала целый план действий. Каждый вечер я брала из маминого гардероба набор вещей, который хотела надеть, прятала пакет с одеждой и косметичкой под кровать. А утром направлялась к подруге в соседний дом. Ежедневно я выходила из дома на полчаса раньше и с замиранием сердца шла переодеваться и делать макияж. Мне казалось, что в школе я — звезда. Кому-то нравилось, как я выгляжу, кто-то смеялся. А учителя смотрели на меня с иронией (это я сейчас понимаю). А звездой я себя считала потому, что на мне была одежда мамы, которая не подвергалась никакой критике. Что самое удивительное, так это то, что мне никогда не приходило в голову, что вещи мне велики и сидят не так, как на маме. Для меня разницы не было. Переодевание длилось недолго. Как-то в школе мне сказали: «Нелька, ты сегодня как поп». После этого я больше никогда не носила мамину одежду. Одна фраза смогла поменять мои взгляды. Сейчас вспоминать это очень смешно. Но тогда, в свои 11 лет, я искренне верила в то, что я делаю.

### **Когда дочь была подростком (рассказ мамы)**

Я попросила свою маму вспомнить, какой я была в подростковом возрасте. Все воспоминания были связаны с периодом от 13 до 15 лет. Мама отметила, что в этом возрасте я была особенно доверчива, торопилась делать вывод и считала свое мнение неоспоримым. Непосредственность и полная раскомплексованность — это первое, что сказала моя мама. Почему-то вспомнились два события из подросткового возраста, которые мама до сих пор не может понять. Первый непонятный маме поступок — это мой отказ идти на выпускной бал после IX класса. У меня тогда были резкие перепады настроения, и я доказывала родителям, что для меня бал ничего не значит. Сейчас я думаю, что причиной был страх становиться старше и высокая эмоциональность. Очень жалею, что все мои одноклассники были на выпускном, а я шла на поводу сама не знаю у чего...

Второй момент — это моя чистоплотность. В раннем подростковом возрасте я начала держать в порядке свою комнату, свой рабочий стол, свои вещи. Мама сказала, что это было подарком для нее. А для меня самой — необъяснимое явление. Я не могла понять, почему я вдруг начала так тщательно убирать, следить за порядком. Теперь понимаю, что так начиналось мое взросление.

*Н. Файзулина*

\* \* \*

### **Когда дочь была подростком (рассказ мамы)**

Я разговаривала с собственной мамой, попросив вспомнить наши отношения на тот момент и рассказать об их плюсах и минусах.

— Ну какие минусы? Все было хорошо, как и сейчас. Мы никогда не ссорились. Всегда находили общий язык. Правда, очень редко виделись. В течение дня я видела тебя урывками, об этом я жалею.

— О чем мы разговаривали?

— Да обо всем и ни о чем. Самые обычные разговоры. Вместе решали, в каком месяце поедem к бабушке, что купим на рынке, что лучше подарить отцу на день рождения. А сама ты помнишь? Когда мы поехали на природу, ты рисовала, а я сидела рядом. О чем мы разговаривали? Такие беседы нельзя запомнить, только ощущение остается.

### **Мои комментарии к рассказу мамы**

Моя мама была немногословна. Возможно, потому что особых изменений в наших взаимоотношениях не происходило, разве что изменилась форма контроля. Если раньше я спрашивала разрешения на какой-то недопустимый с ее точки зрения поступок, то слышала: «Об этом не может быть и речи», и это не обсуждалось, то сейчас я услышу уже: «Так ты все-таки хочешь это сделать? Ты это серьезно? Это глупо. Подумай еще раз. Делать этого не следует».

Мама не упомянула ни об одной мало-мальски конфликтной ситуации. Они, разумеется, были. Я часто слышала в свой адрес: «Почему ты такая упрямая? Ты все делаешь назло. Если я что-то тебе посоветую, ты все делаешь наоборот».

Еще была чрезмерная опека. Она очень волновалась, когда я гуляла с друзьями, даже если это происходило днем, и она знала всех моих друзей и место нашего нахождения.

Маме далеко не всегда нравилось, как я одевалась в подростковом возрасте. Она говорила, что эти вещи несовместимы, и в таком виде я из дома не выйду. Так было почти каждое утро. Я даже была удивлена, когда я с течением времени перестала это слышать.

Однако моя мама умолчала обо всех этих моментах. А когда я о них напомнила, она сказала: «Ну, это не в счет. Это мелочи. Главное — ты выросла. И я горжусь тобой!»

*Е. Лохматова*

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие .....	3
Глава 1. Подросток в традиционном обществе .....	5
Глава 2. Проблема развития «Я», или становление идентичности подростков .....	12
Глава 3. Общение с родителями и его влияние на становление идентичности подростка .....	18
Глава 4. Общение со сверстниками и субкультура .....	35
Глава 5. Влияние школьного обучения и общения с педагогами на развитие личности подростка .....	45
Глава 6. Особенности самосознания .....	55
Глава 7. Особенности эмоционально-волевой сферы .....	82
Глава 8. Особенности формирования ценностных ориентаций .....	98
Глава 9. Основы психологической поддержки подростков .....	104
9.1. Понятие «психологическое здоровье» .....	104
9.2. Групповая работа с подростками .....	106
9.2.1. Ролевые игры .....	107
9.2.2. Психогимнастические игры .....	109
9.2.3. Коммуникативные игры .....	111
9.2.4. Игры, направленные на развитие воображения .....	112
9.2.5. Задания с использованием терапевтических метафор .....	113
9.2.6. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» .....	114
9.2.7. Когнитивные методы .....	116
9.2.8. Дискуссионные методы .....	116
9.3. Индивидуальная поддержка подростков .....	119
Глава 10. Основы психологической поддержки взрослых .....	127
Заключение .....	146
Литература .....	147
Приложения .....	149