

Личностные трудности и проблемы подростков

Т. П. Гаврилова,
кандидат психологических наук

Сообщение III

Школьному психологу, профконсультанту, детскому и семейному психотерапевту, всем тем, кто оказывает помощь подростку, при встрече с ним открывается его сложный мир. Помощь подростку будет эффективной, если специалист сможет увидеть его в нескольких измерениях: в контексте всей социальной ситуации развития подростка, в истории его развития, в его настоящем и будущем, в системе отношений подростка со взрослыми, сверстниками, с самим собой.

Помогая конкретному подростку, психолог воспринимает его не только как уникального индивида с присущими особенностями темперамента, характера, чертами личности, но и как представителя определенного возраста.

Подростничество — это целая эпоха в жизни человека, период — колоссальных изменений в физиологии, психологии, в социальном статусе, в формах поведения. Подростковый возраст начинается с завершением детства и кончается у границ юности.

В психологической литературе подростковый возраст определяется как кризисный, трудный, переходный. Его кризисность и трудность — в резком взрослении, в скачке из детства в иную возрастную фазу, в новое знание. Подросток сталкивается с неведомыми ему ранее противоречиями во взаимоотношениях между людьми, в которых он теряется, он обнаруживает в себе чувства и побуждения, перед которыми беззащитен.

Подросток хрупок и силен, уязвим и опасен, он равно доступен и добру и злу. Он легко и доверчиво привязывается, но может внезапно оборвать самые, казалось бы, прочные связи. Он нуждается в любви, но берет гораздо больше, чем дает.

Многие трудности и проблемы подростка объясняются главным противоречием его развития — движением к обособлению и социализацией. Эти взаимосвязанные процессы проходят нелегко: чаще всего они драматичны и для подростка, и для окружающих его людей.

В психологии понятие социализации рассматривается по-разному. Я под этим понимаю освоение подростком новых для себя социальных ролей, вхождение во все более широкие социальные отношения и то, что для подростка новой психологической реальностью (по сравнению с младшим школьником) становится группа сверстников.

Смысл процесса обособления — в поиске подростком своей автономии. Понятие «автономия», пришедшее в отечественную психологию из американской гуманистической психологии, точно описывает состояние индивидуального бытия человека. Человек автономен настолько, насколько он осознает свое личное пространство, его границы, способен соотнести свою автономию с автономией другого человека. Тот, кто автономен, не допускает на-

рушения границ не только своего личного, но и физического пространства. Лучше всего представить автономию как уважение своего (и других) права на особую частную жизнь.

Отстаивая свое личное и физическое пространство, подросток еще не способен всерьез и с уважением относиться к автономии других людей. В семье это его свойство порождает немало трудностей для близких. Подросток эгоцентричен и требует уважения своей интимности: не входите к нему в комнату без стука, не слушайте его разговоров, не спрашивайте о его делах, не мешайте общению с товарищами. Однако он не допускает, что и другие члены семьи имеют право на отдых, тайну, обособленность. Он живет так, как будто другие должны посвящать ему свою жизнь, отдавая ее без остатка.

Подростковая дружба неустойчива именно из-за того, что подростку еще недоступно понимание ценности автономии другого. В любом конфликте он считает себя жертвой, не умеет понять свою долю вины в разрыве или напряжении отношений.

В процессе социализации и обособления есть еще один аспект: необходимость для подростка быть связанным с группой и поиск собственной идентичности. С помощью понятия «идентичность» психологи описывают представление человека о себе как о лично определенном, отличном от других людей, обладающем только ему присущими качествами, мировидением и мироощущением [5].

Подросток стремится быть принятым той группой сверстников, интересы которой он разделяет. Это может быть школьный класс, компания одноклассников или ребят со двора. Для подростка группа — это не просто ребята, которых он считает интереснее других и необходимых ему для досуга. Подростковая группа — сообщество со своими нормами, правилами, отличными от иных. Быть членом подростковой группы означает быть своим среди своих, жить по ее законам, вместе с ней противостоять другим группам. Для подростка быть в группе — это не быть одному. Отвержение группой воспринимается подростком как умаление ценности его личности, а угроза остаться вне группы нередко воспринимается как трагедия.

Потребность подростка быть связанным с группой вступает в противоречие с его потребностью в самоопределении, с желанием обрести свою идентичность. Чем старше подросток, тем более (остро) встает перед ним вопрос: я знаю, кто мы, кто они, а кто же я? Какой я? Кто я вне группы, без всех? Наступает момент, когда даже лидер группы, авторитетный и утвержденный, спрашивает себя об этом.

Любой взрослый помнит болезненные для него ситуации, когда приходилось идти за группой, подчиняясь ее решениям и не разделяя их. Надо — обязательно всем вместе — сорвать урок, «довести» нелюбимого учителя, подраться с другой компанией. Тех, кто идет против, группа жестоко наказывает, необязательно физически.

Во времена моего подростничества было страшное слово «бойкот». Если не сделаешь то, что решил класс, будут бойкотировать: не разговаривать, не замечать. Вчера ты любимая подруга, а сегодня ты невидимка: ты есть, и одновременно тебя нет.

Нормальный подросток не растворяется в группе, он интересен сам себе. У него есть представления о том, какой он сегодня, каким будет завтра. У старших подростков формируются планы на будущее и некоторые перспективы самоизменения.

Существенным моментом самоопределения подростка становится его отношение к своей телесности, к своему полу. Особенно интенсивно развивается телесное Я подростка в возрасте 14—15 лет. В этот период оформляется переживание им своего пола, происходят серьезные изменения в его половом сознании. У старших подростков отношения между мальчиками и девочками приобретают новые оттенки: они хотят нравиться друг другу не как партнеры по играм, а как представители другого пола. Секс и сексуальные отношения входят в их жизнь не как запрет, а как реальность, к которой они готовятся приобщиться [3].

Чувствуя себя другим (новым и взрослым), подросток требует, чтобы и взрослые признавали это. Отношение подростков к взрослым противоречиво: подросток стремится быть независимым от оценок и суждений взрослого, от его воли и власти над собой, от контроля и опеки, и в то же время взрослый необходим подростку как советчик, старший товарищ, любящий родитель, знающий учитель.

Без взрослого подростку не сориентироваться в запутанном мире человеческих отношений, не найти границ между добром и злом, не разобраться в себе. Подросток ищет во взрослом образцов, независимо от того, какие именно (положительные или отрицательные) образцы для него привлекательны.

Чем старше подросток, тем болезненнее его борьба со взрослыми за свою свободу. Он сам хочет определять свой образ жизни, интересы, формы досуга. С возрастом он все более нетерпим к авторитарному стилю учителей и родителей, к морализаторству взрослых, навязыванию подростку собственных представлений о том, что ему полезно или вредно.

Родителям, воспитывающим подростков, приходится быть пластичными: менять свою позицию при переходе их ребенка от младшего школьного возраста к подростковому, помогать ему социализироваться, обретать автономию, самоопределяться. Взрослый вынужден решать, казалось бы, несовместимые задачи: оберегать подростка и предоставлять ему свободу, готовить его к самостоятельной жизни и постоянно наблюдать за ним.

Один из парадоксов подростничества — несоответствие потребности подростка в свободе и степени доступной ему ответственности. В отечественной практике воспитания до недавнего времени отсутствовала простая и очень важная для развития личности подростка установка: подросток ответствен за то, что делает и что выбирает. Зарубежный опыт дает нам импульс в осмыслении того, как воспитывать у подростков ответственность [1]. Разумеется, соотношение свободы и ответственности должно быть по силам подростку как по его психическим, так и по физическим возможностям. Если родители не дают подростку свободы и не требуют ответственности, он не стремится стать взрослым. И в консультации, и в частной жизни приходится встречать инфантильных ребят, которые всеми силами стараются остаться в детстве. Поначалу родителей вполне устраивает послушный домашний ребенок, но уже к 14 годам они понимают всю катастрофичность задержанного развития.

Трудности и проблемы подростков вызваны их неблагополучием в семье и школе, причем чаще всего причины неблагополучия взаимосвязаны. Психологу, работающему с подростком в школе и призванному помочь ему в преодолении школьных трудностей, следует знать, какого рода семейные ситуации сказываются на его учебе, взаимоотношениях с учителями и одноклассниками.

Подросток гораздо тяжелее, чем младший школьник, переживает развод родителей или хронические конфликты между ними. Но в то же время подросток способен установить отношения с отцом, как правило, более дружеские, чем до развода.

Явные и скрытые конфликты между родителями отрицательно сказываются на самочувствии подростка. Те родители, которые сохраняют разваливающуюся семью «ради детей», не достигают своей цели. Усваивая модель отчужденных отношений, подросток с неизбежностью воспроизведет ее в собственной семье.

Полная семья ни в коем случае не гарантирует полноценного развития личности ребенка. Если отец в полной семье функции воспитания передает матери, то в подростке он нередко обнаруживает существо неопределенного пола. Для нормальной половой идентичности подростка ему необходима любовь матери и отца, любовь и забота обоих родителей. И мальчику, и девочке нужна безусловная любовь, не зависящая от успехов и достижений детей [4].

Отношения подростка, с братьями и сестрами, в отличие от младших школьников, не столь конфликтны. Однако встречаются случаи неприятия подростками детей от нового

брака матери, главным образом в многодетных семьях. Особенно тяжело переживают появление сестер перворожденные мальчики.

Глубокой внутренней проблемой подростка может быть отвержение его матерью. Психологи и психиатры знают, что женщина отвергает ребенка, если она не готова к материнству, если у нее были трудные роды, ребенок был ослаблен и болезнен, если ребенок похож на нелюбимого мужа женщины, если его пол не соответствует ожиданиям матери [2].

Чем раньше ребенок чувствует отвержение или недостаточную любовь матери, тем глубже его конфликт между желанием быть любимым и страхом не получить материнской любви. Если в дошкольном или младшем школьном возрасте нелюбимый ребенок и его мать не получают квалифицированной психологической помощи, в подростковом возрасте его проблемы станут еще более острыми.

Несчастливый дома младший школьник не умеет ладить со сверстниками, раздражает учителя пассивностью или чрезмерной подвижностью. Школьные конфликты нелюбимого ребенка усиливаются его конфликтами с родителями. В подростковый возраст он входит готовым ко всем видам негативизма.

Школьные конфликты нелюбимого ребенка порождают его неприятие школы, которое в подростковом возрасте усиливается. В результате столкновений с учителями, резкого ухудшения успеваемости школа становится для него местом, где он только общается с приятелями. Обычно такие ребята сбиваются в стаю и превращаются в мучителей учителей. Бывает так, что группа трудных противостоит остальному классу. В конце концов они находят подходящую для себя среду во дворе.

Дворовая компания образует дом, семью. Нормы и правила этой семьи всем понятны, они незыблемы. Каждый там чувствует себя защищенным, уверенным, все вместе они противостоят чужим. Если дворовая компания криминализируется под влиянием более старших ребят, трудные подростки уходят из семьи и из школы. Они не доверяют взрослым, найти с ними общий язык почти невозможно. Фактически они уже недоступны для воздействия психолога, и заниматься ими должны социальные работники. Реально ими не занимается никто.

В подростковом возрасте обостряются проблемы единственных детей и детей матерей-одиночек. Особенно это касается мальчиков. Единственные в семье мальчики обычно крайне инфантильны и несамостоятельны из-за чрезмерной опеки. Их не принимает подростковая группа, нередко они — объекты насмешек, а иногда травли одноклассников. Если они прилежны в учении, дисциплинированы, им завидуют, их дразнят. Такие ребята беспомощны, не умеют постоять за себя, а позже — уже взрослыми — вспоминают свою школьную жизнь как непереносимый ад.

Сходным образом складывается судьба мальчиков, воспитывающихся без отца. В их взаимоотношениях с матерями развивается, специфическая форма эмоциональной связи, называемая симбиозом. Несчастливые в любви одинокие матери привязывают к себе сыновей, делая их одновременно и заменой мужу, и вечными детьми. Они не способны помочь детям повзрослеть, построить свою автономию и не хотят готовить их к отрыву от семьи, к самостоятельной жизни.

Встречаясь в консультации с подростками, нуждающимися в помощи, психолог должен определить зону своей компетенции. В первых двух сообщениях я говорила о том, что психолог-консультант работает с трудностями детей и взрослых, а психотерапевт — с их проблемами. Напомню о различиях между трудностями и проблемами.

Личностные трудности — это переживание человеком препятствий в самореализации, в удовлетворении тех или иных актуальных потребностей, в принятии решений. Психолог-консультант помогает ему самостоятельно преодолеть возникшие трудности, изменить что-то в той реальности, в которой они возникают. Тот, кто обращается к психологу за помо-

щью для преодоления своих трудностей, в той или иной мере осознает их и может описать или обозначить.

Говоря о проблемах, я имею в виду внутренние конфликты, препятствующие нормальной жизнедеятельности человека (игре, труду, учению, общению). Внутренний конфликт возникает между актуальной потребностью человека и невозможностью ее удовлетворить. В зависимости от степени дезинтеграции личности целесообразно различать ядерные и периферийные конфликты.

Ядерный конфликт определяет все поведение человека, а периферийный — поведение в значимых для него сферах. Ядерные конфликты чаще всего не осознаются человеком, а периферийные либо осознаются, либо близки к осознанию. Поскольку к школьному психологу обращаются и с проблемами, и с личностными трудностями, важно различать, что стоит за жалобой. Если речь идет о подростке, то беседу надо построить так, чтобы выяснить, можно ли ограничиться консультативной помощью. Напомню, что личностное консультирование осуществляется в форме поддержки, развивающего совета, развивающей информации, совместного поиска решения.

За жалобой при внимательном анализе психолог найдет либо проблему подростка, либо его личностную трудность. Если, к примеру, 11-летний подросток жалуется, что ребята в классе с ним не дружат, обижают его, это означает, что-либо он не умеет строить свои отношения с одноклассниками, либо его не принимают, поскольку он сам не принимает себя.

В первом случае психолог поможет подростку найти способы заинтересовать одноклассников, вовлечь их в дело, которое он придумает сам. Во втором — требуется глубокая психотерапевтическая работа и с подростком, и с его матерью. Задача школьного психолога — объяснить родителям, что причина неблагополучия подростка имеет семейные корни и будет лучше, если они обратятся к семейному психотерапевту.

Если личностные трудности подростка вызваны неправильным воспитанием, психологу стоит поговорить с родителями, рассказать об особенностях развития личности в подростковом возрасте, обсудить способы их обращения с подростком, помочь родителям перестроить свой стиль воспитания в соответствии с ожиданиями подростка.

Литература

1. Байярд Р. Т., Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток. М., 1991.
2. Исаев Д. Н., Каган В. Е. Половое воспитание и психогигиена пола у детей. Л., 1984.
3. Захаров А. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. Л., 1982.
4. Спиваковская А. С. Как быть родителем. М., 1986.
5. Эриксон Э. Детство и общество. СПб., 1996.