

Особенности психологического консультирования в критический период социальной ситуации развития подростка.

Виталева Надежда Ивановна

педагог-психолог

Центра ПМСС №5 «Сознание»

г. Красноярск

Проблема кризиса, конфликтов, трудностей – является актуальной в развитии и воспитании подростка. Она рассматривалась в работах К.Н. Поливановой, Т.В. Драгуновой, Д.Б. Эльконина, К. Левиным, А. Фрейд, Д. Коулменом, Л.С. Выготским и другими психологами. Предпринимались попытки проанализировать имеющийся научно-практический опыт.

К. Левин в своей работе «Подход теории поля к подростковому возрасту» степень трудностей в воспитании и наличие конфликтов ставит в прямую зависимость от резкости разграничения в обществе группы детей и взрослых и длительности перехода, когда подросток находится в положении между двумя группами.

Д. Коулмен выделил ряд социальных обстоятельств, выталкивающих подростка из мира взрослых и определяющих возникновение особой «субкультуры подростков».

Л.И. Божович и Т.В. Драгунова, анализируя младший подростковый возраст приходят к выводу, что своеобразии ситуации развития ребенка, находящегося в критическом периоде, состоит в том, что внутренне формируемое чувство взрослости не находит своей реализации в ригидной системе отношений со взрослым, что является причиной негативных проявлений в поведении детей. Многие российские психологи сходятся во мнении о критическом начале подросткового периода. Одни считают кризисным весь подростковый период, другие выделяют особую негативную фазу. Для которой считалось характерным разрушение прежних интересов ребенка и ломка отношений с взрослым, появление упрямства, строптивости, негативизма, замкнутости, склонности к уединению, раздражительности, возбудимости, меньшей продуктивности в работе.

Л.С. Выготский рассматривал критические возрасты в трех аспектах:

1. позитивном содержании негативной фазы;
2. необходимости выделения основных новообразований в сознании подростка;
3. социальной ситуации развития, которая в каждом возрасте представляет собой определенную систему отношений между ребенком и средой.

Перестройка социальной ситуации развития представляет, по мнению Л.С. Выготского, главное содержание критических возрастов. Он ставил задачу понять динамическую картину взаимосвязи сдвигов в социальном бытии подростка и изменении в его сознании и структуре личности. Конфликты и трудности в воспитании подростков не обязательно обусловлены неправильным воспитанием, но могут зависеть от отношения взрослого к подростку.

Центральное новообразование в личности подростка связано с качественным сдвигом в развитии самосознания в форме возникновения представления о себе как уже не ребенка и стремления быть и казаться взрослым. Это качество является психологическим критерием начала подросткового возраста. Разрыв между реальным уровнем взрослости и желаемым подростком выступает как специфический стимул социальной активности подростка, направленной на усвоение образцов взрослости.

Т.В. Драгунова выделяет несколько источников возникновения «чувства взрослости»:

1. начало полового созревания и сдвиги в физическом развитии;
2. изменение социального положения подростка на основании доверия взрослого и расширения зоны самостоятельности;
3. выстраивание отношений «на равных» с товарищами, которых подросток считает взрослее себя;
4. установление подростком сходства между собой и человеком, которого он считает взрослым.

В нашем обществе дети и взрослые представляют две разные группы и имеют разные права, обязанности и привилегии. В ограничении для детей зафиксировано их отличие от взрослых тем, что доступно для взрослых является запретным для детей, это фиксирует несамостоятельность ребенка, его подчиненное, неравноправное положение.

Переход в группу взрослых предполагает изменение прав, обязанностей и привилегий. Претензии подростка на новые права распространяется на всю сферу отношений с взрослым, являются причинами конфликтов с взрослыми. Протест и неподчинение взрослым являются для подростка средством, при помощи которого он хочет добиться изменений прежнего типа отношений с взрослым на новый тип отношений, характерный для общения взрослых людей.

Проблема прав взрослого и подростка в отношениях друг с другом – проблема равноправия. Она свидетельствует о нарушении баланса в системе прежних отношений и тенденции к смене существующего типа отношений. Протест подростка инициирует перемены, а взрослый этому сопротивляется. Таким образом, перестройка социальной ситуации развития в подростковом возрасте заключается в постепенном переходе от «детско-взрослых» отношений к взаимоотношениям «взрослый-взрослый».

Задача взрослых обеспечить в подростковом возрасте постепенное обучение ребенка «быть взрослым». Чтобы учиться этому, ребенок, ребенок должен начать жить в системе норм и требований, существующих для взрослых. Это может быть связано с расширением самостоятельности, обязанностей, изменением прав ребенка.

Восприимчивость к усвоению различных образцов взрослого поведения и готовность перехода к новому типу отношений с взрослым, соответствует стремлениям подростка, но у взрослых отсутствует готовность к расширению прав подростка. Если у взрослого сохраняется отношение к подростку как еще к ребенку то, это вступает в противоречие с задачами воспитания подростков и является тормозом развития социальной взрослости, с другой стороны это вступает в противоречие с представлением подростка о степени собственной взрослости и претензии на новые права. Именно эти противоречия являются источником конфликтов в отношениях взрослого и подростка. Длительность конфликта определяется временем неизменности отношения взрослого к подростку. Негативная фаза отражает определенную форму перехода к новому типу отношений, в условиях, когда сдвиги в развитии личности ребенка в начале подросткового возраста опережают появление соответствующих им изменений в отношениях с взрослым. Положительное содержание негативной фазы заключается в том, что подросток путем разных форм неподчинения взрослому,

ломают прежние отношения и строят новые, при которых развивается его взрослость. Этот процесс составляет основное содержание формирования личности и стимулирует проявление определенных морально-этических представлений, ценностей, целей, планов на будущее, задач саморазвития и самовоспитания и стремления поступать в соответствии с собственными представлениями и целями. Но конфликтные отношения способствуют нежелательной эмансипации подростка и создают у него смысловой барьер к воздействию взрослого, который теряет возможность оказывать на него влияние. Иначе протекает подростковый период, если переход к новому типу отношений происходит по инициативе взрослого. В этом случае он происходит постепенно без специфических трудностей. Не дожидаясь, времени, когда инициатором изменений отношений станет подросток, взрослый начинает перестраивать свое отношение к нему и выбирать эффективные способы расширения самостоятельности и прав подростка, повышения требований и увеличения ответственности. Признание взрослым новых возможностей ребенка и проявления «чувства взрослости» сглаживает противоречия и конфликты. Возможность бесконфликтного протекания подросткового периода связана с эффективными способами пошагового перехода к новому типу отношений и постепенного расширения самостоятельности подростка в разных направлениях в той степени, которая соответствует реальным возможностям и общественным требованиям, но не превышает меры, определяющей возможность взрослого оказывать влияние на поведение подростка.

Опираясь на вышесказанное, для того, чтобы сделать процесс перехода к новому типу отношений управляемым и целесообразным в различных конкретных условиях, мы поставили перед собой задачу разработать модель психологического консультирования родителей, обратившихся на психологическую консультацию в кризисный период социальной ситуации развития подростка.

В общем виде этапы психологического консультирования: могут быть представлены таким образом:

- ◆ установление контакта с клиентом;
- ◆ предоставление клиенту возможности выговориться;
- ◆ предоставление эмоциональной поддержки и информации о позитивных аспектах его проблемной ситуации;
- ◆ совместная, с клиентом переформулировка проблемы;
- ◆ заключение динамического контракта;
- ◆ формирование регистра возможных решений проблемы;
- ◆ выбор оптимального решения;
- ◆ закрепление мотивации и планирование реализации выбранного решения;
- ◆ завершение консультирования с предоставлением права повторного обращения.

Для того чтобы сориентироваться в проблематике трудностей подросткового возраста, проанализируем типологию ситуаций обращения за 2008 год, они были представлены следующим образом:

Типология обращений	Сравнительные данные в %
Подростки с нарушением эмоционально-волевой сферы	18,4%
Подростки с учебными трудностями	20,9%
Подростки с проблемами в общении	11%
Подростки с проблемами личностного развития	13,3%
Подростки с асоциальным поведением	5,5%
Подростки с неврологическими расстройствами	5%
С нарушениями речи	2%
Проблемы профессионального самоопределения	2,5%
Нарушение детско-родительских отношений	22%

В практике психологического консультирования эффективно используется модель возрастной периодизации Выготского Л.С., она находит свое подтверждение относительно возрастных границ и специфики поведения, из анализа проблематики обращений и жалоб родителей можно сказать, что существуют некоторые особенности в поведении современных подростков, но нет существенных отличий, от варианта предложенного автором. Проблема трудновоспитуемости подростка выступает на первый план, родители отмечают, что поведение подростка становится трудно управляемым со стороны взрослых и конфликтным. Если из жалоб родителей составить психологический портрет трудного подростка, то он будет выглядеть следующим образом: «В последнее время подросток стал игнорировать просьбы о помощи по дому, отказывается выполнять поручения; делает все наоборот и «на вред»; перестал выполнять домашние задания, ничем не интересуется, в том числе и учебными предметам, прогуливает уроки; много времени тратит на разговоры по телефону с друзьями; поздно ложится вечером, а утром не может подняться, все делает в последний момент; не следит за порядком в своей комнате, за своей одеждой, просит купить странную и непрактичную одежду; стал лгать, пассивен, грубит старшим, на замечания реагирует криком, может демонстративно хлопнуть дверью и уйти, не закончив разговор; заявляет о том, что его не любят, и в тоже время отказывается проводить время с семьей; приходит поздно, отключает телефон и не отвечает на звонки родителям, и совсем не может управлять своим временем».

Подобное поведение подростков можно объяснить тем, что он стремится расширить свои права, уменьшить круг своих обязанностей, стремится ограничить степень влияния родителей на самостоятельность принятия им решения. Из уст подростка можно часто слышать фразы: «Я имею право...», «А почему я должен...», «Вы не имеете права...». Стремление к эмансипации, сенситивные реакции на критику, замечания и требования раздражают родителей, и они начинают оказывать давление на подростка, но прежняя система отношений оказывается мало

эффективной. Обнаружив дефицит воспитательской компетентности, родители обращаются на консультацию к психологу.

Остановимся на особенностях психологического консультирования по проблеме нарушения детско–родительских отношений. Оно имеет свою специфику. Во-первых, необходимо определить, кто является основным клиентом психолога, и конкретизировать запрос. По мнению родителей, основным клиентом психолога является подросток. Однако подросток не заявляет никаких личных проблем и редко является инициатором обращения, так как считает, что у него нет проблем, которые он мог бы обсуждать с психологом. При консультировании детско-родительской пары подросток не готов осознавать и решать проблему, заявленную родителем, к психологу относится настороженно, держит дистанцию, так как психолога воспринимает таким же взрослым как родителя. Во-вторых, «объявляя» подростка клиентом родители не осознают, что сами опосредованно являются клиентами, неготовыми к изменениям.

Таким образом, возникает проблема в установлении контакта с клиентами, обратившимися на консультацию.

Установление контакта зависит от степени мотивации клиента на взаимодействие с психологом и готовности к изменениям. Условно можно выделить три группы клиентов в консультировании родителей подростков:

1. Мотивированные родители, которых беспокоят конфликтные отношения с ребенком и они стремятся найти эффективные способы взаимодействия с ним, готовые к изменениям отношений, как правило, они владеют психологическими знаниями и нуждаются в освоении определенных психотехник, которые изменяют трудное поведение подростка во взаимодействии с ним;
2. Мотивированные родители, обеспокоенные негативной фазой развития ребенка, но не готовые к изменениям отношений с ним, ориентированные, прежде всего, на изменение подростка и его нежелательного поведения третьим лицом (психологом, педагогом);
3. Не мотивированные родители, которые не осознают проблем своего ребенка и собственной родительской некомпетентности, направленные на консультацию к психологу школой, ИДН, КДН, УВД (подростки, находящиеся в конфликте с законом, с асоциальным поведением). Данная категория родителей чувствует себя не способными разрешать противоречия и конфликтные ситуации, которые имеются не только у них с подростком, но и с социальными институтами. Основной запрос к психологу звучит так: «Сделайте с ним что-нибудь, сил моих нет, нас отправили к психологу», «Нас направили к вам и мы пришли....». Данная категория самая проблемная, работа с ней малоэффективна, если не удастся в процессе консультирования совместно определить проблемное поле. Психолог воспринимается родителями «волшебником», «врачом», который может каким-то магическим способом исправить «трудного подростка», дать таблетку и трудности исчезнут без лишних усилий родителей. Для того чтобы изменить ситуацию, необходимо изменить мировоззрение взрослого, уклад жизни, а это не простая задача, и можно

поставить вопрос о том насколько эта задача относится к сфере компетентности психолога, если нет реального запроса от взрослого клиента.

Работа с родителями имеет следующую структуру, на первом этапе формулируется жалоба от родителей, затем оформляется реальный запрос, работаем с ожиданием родителей, относительно того, как они хотели бы изменить проблемную ситуацию, в чем конкретно видят помощь психолога. Далее совместно с родителями выстраиваем гипотезу относительно возможных причин возникших трудностей в общении с подростком, и появления у него девиаций в поведении. Практика показывает, что причинами могут быть:

- нарушение системы семейного воспитания;
- возрастные и индивидуальные особенности подростка;

На следующем этапе работаем над мотивацией родителей на изменение стиля отношения с подростком, в качестве аргументов можно использовать результаты опросника АСВ Эдемиллера, который рассматривает различные аспекты нарушения системы семейного воспитания:

1. Нарушение семейных представлений во взаимоотношениях родителей и подростков (ориентация родителей на разрешение сиюминутных ситуаций и недооценку отдаленных последствий своих поступков по отношению к подростку).
2. Нарушение структурно-ролевого аспекта семьи (обусловленное системой ролей, возникающих под влиянием имеющегося нервно-психического расстройства члена семьи, расширением сферы родительских чувств, проекцией детских качеств в подростке, проекцией собственных нежелательных качеств, неразвитостью родительских чувств, эмоциональным отвержением, жестоким обращением, повышенной моральной ответственностью).
3. Нарушение системы взаимного влияния членов семьи (обусловленное воспитательской неуверенностью родителей, фобией утраты ребенка).
4. Нарушение системы требований к подростку (наличие жестких требований или полное их отсутствие «Т+/Т-», наличие / отсутствие запретов «З+/З-», наличие/отсутствие санкций «С+/С-»).
5. Уровень протекции в процессе воспитания (гиперпротекция или гипопротекция).

Информирование родителей о психологических и возрастных особенностях подростка, способствует осознанию ими причин девиантного поведения ребенка, делающегося конфликтным и трудновоспитуемым. Обращение к «Я - образу подростка» родителей позволяет провести параллель между особенностями поведения родителя-подростка и ребенка-подростка. Как правило, родители, сравнивая, находят не только различия в поведении, но и видят много общего в своем поведении в детстве и в поведении взрослеющего ребенка. Это приводит родителей к пониманию и принятию индивидуальных и возрастных особенностей своего ребенка, мотивирует на осознанное изменение отношений с ним, представляет возможным прогнозирование последствий собственных действий на поведение ребенка в будущем.

Таким образом, родители выступают инициаторами изменений отношений с подростком в соответствии с его возрастными потребностями и индивидуальными особенностями. Эффектом таких изменений является снижение количества конфликтных ситуаций, достижение взаимопонимания, появление возможности принимать участие в жизни ребенка. Родители целенаправленно и поэтапно создают ситуации, где ребенок может проявить свою самостоятельность, сделать выбор и принять решение, где обозначается поле его ответственности за результат собственных действий. Со стороны родителей структурируется система требований, запретов, разрешающих действий и санкций.

С этой целью эффективна в практике консультирования таблица «4-х цветовых зон» предложенная Д. Элиумом и модифицированная схема, предложенная в транзактном анализе Э. Берном. Снизить конфликтность и эмоциональную напряженность в детско-родительских отношениях помогает использование техники «Я-сообщения». В практике психологического консультирования положительную динамику дают бланковые методики предложенные Мониной и Лютовой - «Как я справляясь со своим гневом?», «Как я решаю конфликты с...», они позволяют подростку в форме игровой процедуры освоить конструктивные способы разрядки гнева, саморегуляции, выбрать и проанализировать стратегию поведения в конфликтной ситуации. На закрепление положительной динамики изменения отношений в детско-родительской паре используются арт-терапевтические методики «совместное рисование», «ассоциации», «сказкотерапия».

В процессе консультирования на начальном этапе знакомим родителей с указанными выше схемами и показываем способ применения их на практике, затем отслеживаем эффекты и динамику изменений детско-родительских отношений, анализируем причины низкой эффективности техники, проводим коррективную работу. На следующем этапе знакомим с данными техниками подростка, дополнительно обучаем его приемам саморегуляции. На протяжении определенного времени (в каждом отдельном случае временные рамки разные в среднем 1-3 месяца) семья выполняет инструкции в форме домашнего задания и приходит на промежуточные консультации для обсуждения результатов изменений. Психолог завершает работу с клиентами тогда, когда они достигнут желаемого результата, устраивающего обе стороны и родителей и подростка.

Редко замотивированным на решение конфликтных ситуаций с взрослыми, является сам подросток. Установление контакта и взаимодействия с данным клиентом начинается с организации рефлексивного анализа ситуации, в которой оказался подросток. Обсуждается вопрос о том, как он воспринимает данную ситуацию? В чем видит проблему? Подросток нуждается в эмоциональной поддержке взрослого-психолога, почувствовав, что его принимают и понимают, он вступает во взаимодействие с консультантом. Рассмотрев позитивные аспекты ситуации, ресурсы и дефициты личности подростка, переходим к осознанию подростком проблемной ситуации, заявленной родителями, и переводим эту проблему в плоскость персонификации (принятие проблемы как своей собственной, а не внешней). На следующем этапе рассматривается вопрос о том, что может сделать подросток, чтобы изменить ситуацию. Что может, по его мнению, сделать родитель? Рассматриваются возможные варианты решения проблемы, совместно с подростком осуществляется

выбор приемлемых для него на данный момент альтернатив в изменении поведения (в плане самовоспитания, самоопределения, самореализации, готовности взять ответственность за последствия своих действий). Таким образом, формируется «образ взрослого». С подростком заключается договор на определенный срок (на 10-12 дней), дается домашнее задание, например, предлагается понаблюдать как изменится ситуация если..... он будет действовать по предложенному на консультации плану. Назначается время повторной встречи, на которой будут обсуждаться положительные эффекты изменений во взаимоотношениях с родителями, анализироваться причины трудностей в реализации поставленных задач.

Новое личностное качество становится основой нового поведения ребенка в кризисный период. Основными достижениями и новообразованиями подросткового кризиса является появление рефлексии на себя, формируется мировоззрение. Для подростка очень важна поддержка близких родственников, отсутствие критики, подбадривание, стоит чаще подчеркивать его успехи. Для того чтобы лучше понимать своего взрослеющего ребенка, каждому родителю необходимо знать о взаимодействии психологических и физиологических причин и проявлений подросткового кризиса, а также освоить эффективные техники общения с взрослеющим подростком.

ЛИТЕРАТУРА

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.1968.
2. Выготский Л.С. Проблема возраста / Собр. соч. в 6-ти т., Т.4. М., 1984
3. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте // Вопросы психологии, 1972, №2.
4. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. М., 1972.
5. Поливанова К.Н. Психологический анализ кризисов возрастного развития// Вопросы психологии, 1994, №1.
6. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: - М.:Издательский центр «Академия», 2000.
7. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // вопросы психологии. 1971, №4.