

### **Лекция 3: Актуальные психологические проблемы подросткового возраста и особенности возрастно-психологического консультирования**

#### **ЦЕЛИ:**

1. *Обучающая* – закрепление основных понятий темы, выработка умений и навыков по решению практических задач и анализу проблемных ситуаций, связанных с этой темой.
2. *Развивающая* – развитие у студентов представлений об актуальных психологических проблемах подросткового возраста и особенностях возрастно-психологического консультирования.
3. *Воспитательная* – воспитывать внимательность, сосредоточенность, умение слушать, терпимость по отношению к себе и к другим.

#### **ПЛАН:**

1. Особенности развития в подростковом возрасте.
2. Специфика психологических проблем подросткового возраста.
3. Особенности консультирования подростков.
4. Учение и общение подростков как предмет анализа консультанта.
5. Групповая психокоррекция при акцентуациях характера у подростков.

#### **1. Особенности развития в подростковом возрасте.**

Одной из главных характеристик подросткового возраста является продолжение обучения ребенка в различных общеобразовательных учреждениях. Одновременно ребенок все более входит в общую жизнь общества. У него появляются новые обязанности. В это же время происходит завершение ориентации ребенка на «мужскую» и «женскую» деятельность, в зависимости от его пола.

Более этого, стремясь к самореализации, ребенок начинает показывать успехи в конкретном виде деятельности, высказывать мысли о будущей профессии.

Вместе с тем в подростковом возрасте происходит дальнейшее развитие психических познавательных процессов у ребенка и формирование его личности, в результате чего происходит изменение интересов ребенка. Они становятся более дифференцированными и стойкими. Учебные интересы уже не имеют первостепенного значения. Ребенок начинает ориентироваться на «взрослую» жизнь.

#### **Анатомо-физиологические особенности.**

На формирование личности в подростковый период оказывает существенное влияние процесс полового созревания. Прежде всего, у молодых людей отмечается бурный физический рост организма, который выражается в изменении роста и веса, сопровождающемся изменением пропорций тела. Сначала до «взрослых» размеров дорастают голова, кисти рук и ступни, затем конечности – удлиняются руки и ноги – и в последнюю очередь туловище. Интенсивный рост скелета, достигающий 4-7 см в год, опережает развитие мускулатуры. Все это приводит к некоторой непропорциональности тела, подростковой угловатости. Дети часто ощущают себя в это время неуклюжими, неловкими.

Завершается окончательная сексуальная ориентация подростка. Появляются вторичные половые признаки. Так, у мальчиков меняется голос, отмечается увеличение волосяного покрова на лице. Соответствующие изменения происходят и у девочек.

В подростковый период в связи с быстрым развитием организма возникают трудности в функционировании сердца, легких, кровоснабжении головного мозга. Поэтому для детей этого возраста характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса. А такие перепады вызывают быструю смену физического состояния и соответственно настроения. При этом ребенок может длительное время переносить физические нагрузки, связанные с его увлечениями (например, играть в футбол), и одновременно с этим в относительно спокойный период времени «падать от усталости». Особенно часто это проявляется в отношении интеллектуальных нагрузок.

#### **Когнитивные особенности.**

Развитие психических познавательных процессов имеет две стороны – количественную и качественную. Количественные изменения проявляются в том, что подросток решает интеллектуальные задачи значительно легче, быстрее и эффективнее, чем ребенок младшего школьного возраста. Качественные изменения прежде всего характеризуют сдвиги в структуре мыслительных процессов: важно не то, какие задачи решает человек, а каким образом он это делает. Поэтому наиболее существенные изменения в структуре психических познавательных процессов наблюдаются именно в интеллектуаль-

ной сфере.

Развитие мышления. Продолжает развиваться теоретическое мышление. Приобретенные в младшем школьном возрасте операции становятся формально-логическими операциями (по Пиаже это стадия формальных операций), приоритетное развитие логического мышления. В процессе развития мышления в подростковый период у ребенка проявляются следующие способности:

- способность оперировать гипотезами при решении интеллектуальных задач;
- способность анализировать абстрактные идеи, искать ошибки и логические противоречия в абстрактных суждениях.

#### **Развитие восприятия и памяти.**

Помимо развития произвольной и опосредованной памяти у ребенка начинается активное развитие логической памяти, которая постепенно занимает доминирующее место в процессе запоминания учебного материала. Замедляется развитие механической памяти. В подростковом возрасте происходит существенный сдвиг в отношениях между памятью и другими психическими функциями, изменяются отношения между памятью и мышлением. Исследования показали, что в этом возрасте мышление подростков определяет особенности функционирования памяти.

Развитие воображения. Проявляется в том, что ребенок все чаще начинает обращаться к творчеству. Некоторые подростки начинают писать стихи, серьезно заниматься рисованием и другими видами творчества. Неудовлетворенность потребностей и желаний подростка в реальной жизни легко воплощается в мире его фантазий. Поэтому воображение и фантазии в ряде случаев приносят успокоение, снимая напряженность и устраняя внутренний конфликт.

#### **Развитие речи.**

Основная особенность развития чтения у подростков выражается в переходе от умения бегло, выразительно и правильно читать до способности декламировать наизусть. Существенные изменения происходят и в развитии монологической речи. Эти изменения заключаются в переходе от умения пересказывать небольшое произведение или отрывок текста до способности самостоятельно готовить устное выступление, вести рассуждения, высказывать мысли и аргументировать их. Письменная речь улучшается в направлении от способности к письменному изложению до самостоятельного сочинения на заданную или произвольную тему.

Активно развиваются творческие способности подростка и формируется индивидуальный стиль деятельности, который находит свое выражение в стиле мышления.

#### **Аффективная сфера.**

Младший подростковый возраст является одним из ключевых этапов в процессе становления эмоционально-волевой регуляции ребенка.

Переживания подростка становятся глубже, появляются более стойкие чувства, эмоциональное отношение к ряду явлений жизни делается длительнее и устойчивее, значительно более широкий круг явлений социальной действительности становится небезразличным подростку и порождает у него различные эмоции.

Для очень многих людей подростковый возраст представляет собой период, когда влияние эмоций на духовную жизнь становится наиболее очевидным.

Для детей в подростковом возрасте характерна легкая возбудимость, резкая смена настроений и переживаний. Подросток лучше, чем младший школьник, может управлять выражением своих чувств. В определенных ситуациях школьной жизни (плохая отметка, выговор за плохое поведение) он может скрывать под маской безразличия тревогу, волнение, огорчение. Но при определенных обстоятельствах (конфликт с родителями, учителями, товарищами) подросток может проявить большую импульсивность в поведении. От тяжело переживаемой обиды он способен на такие поступки, как бегство из дома, даже попытка самоубийства.

Огромное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, которое становится острой потребностью подростка и связано с его многими переживаниями. Общение с товарищами – источник не только появления новых интересов, но и становления норм поведения. Это связано с тем, что среди подростков возникают определенные требования к дружеским отношениям – к чуткости, отзывчивости, умению хранить тайну, понимать и сопереживать.

В период от 11 до 19 лет происходит бурное развитие эмоций человека.

Для подросткового возраста (от 11 до 14 лет) характерны: резкая смена настроений и переживаний, повышенная возбудимость, импульсивность, чрезвычайно велик диапазон полярных чувств. В

этом возрасте у детей наблюдается наличие «подросткового комплекса», который демонстрирует перепады настроения подростков – порой от безудержного веселья к унынию и обратно, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Причем следует отметить, что видимых, значимых причин для резкой смены настроений в подростковом возрасте может и не быть.

Общий рост личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками – все это ведет к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний подростка, таких, как сочувствие чужому горю, способность к бескорыстному самопожертвованию и т.д.

Подростки испытывают трудности, общаясь с родителями, часто конфликтуют с ними. Желание снять эмоциональную зависимость от родителей больше выражено у мальчиков, чем у девочек.

При неблагоприятных условиях формирования личности школьника (тяжелая обстановка в семье, конфликты с родителями, неудовлетворительные отношения с товарищами, повышенная самооценка, недостатки учебно-воспитательного процесса в школе и т. д.) в этом возрасте может наблюдаться рост асоциальных чувств. Важным моментом, вызывающим появление обиды, озлобленности подростка, которые могут выразиться в его агрессивной эмоциональной реакции, является пренебрежение взрослых, их недоброжелательное отношение к его запросам, устремлениям, ко всей личности подростка.

### **Мотивационная сфера.**

Происходят коренные преобразования в строении мотивационно-личностной сферы подростка. Она приобретает иерархический характер, мотивы становятся не непосредственно действующими, а возникающими на основе сознательно принятого решения, многие интересы принимают характер стойкого увлечения.

В мотивационной структуре процесса общения происходят значимые перемены: теряют актуальность отношения с родителями, учителями, первостепенную значимость приобретают отношения со сверстниками, ярко проявляется аффилиативная потребность в принадлежности какой-нибудь группе. Принадлежность группе позволяет удовлетворить многие потребности юного человека. Для подростков младшего возраста большое значение имеет возможность разделить со своими друзьями общие интересы и увлечения; также очень важны для них верность, честность и отзывчивость. Соответствие группе требует от подростков и определенной доли конформизма. Чтобы человек влился в какую-то компанию, он должен быть похожим на других ее членов: это может быть употребление особого жаргона или ношение одежды, отличающейся какими-то специфическими деталями. Тех же, кто не соответствует этим параметрам, группа лишает своего внимания.

Тенденция к поиску близких дружеских связей, основанных на глубокой эмоциональной привязанности и общности интересов. В определениях дружбы преобладают два мотива:

1. требование взаимопомощи и верности;
2. ожидание сочувствующего понимания со стороны друга.

Потребность в неформальном, нерегламентированном общении с родителями у подростков является не меньше, чем в общении со сверстниками. Неготовность, нежелание, неспособность родителей понять и принять всевозрастающее стремление детей к взрослости, самостоятельности и является, причиной неудовлетворенности подростков общением с родителями. С этим связано стремление подростков к общению с ровесниками, в большей степени отвечающими запросам и потребностям молодых людей.

Неудовлетворенность же в общении может стать причиной формирования целого ряда негативных тенденций в поведении подростков, вплоть до развития у них делинквентного (отклоняющегося, противоправного) поведения.

Существенные преобразования происходят в характере мотивации учебно-познавательной деятельности подростков. В средних классах ведущими мотивами являются стремление завоевать определенное положение в классе, добиться признания сверстников. В старших классах учеба начинает определяться мотивами, направленными на реализацию будущего, осознание своей жизненной перспективы и профессиональных намерений. Помимо интереса к определенной профессии, потребности в самоактуализации и самовыражении, выбор той или иной профессии молодым человеком зачастую определяется социальной престижностью данной профессии, образовательным уровнем и профессией родителей, материальным благосостоянием семьи. Большое значение имеет также предполагаемый уровень зарплаты, хотя с возрастом наблюдается тенденция к снижению данной зависимости.

Потребность в автономии – потребность в обретении самостоятельности, независимости, свободы; желание принять на себя права и обязанности взрослого человека.

Поведенческая автономия – обретение независимости и свободы, достаточной, чтобы без внешнего руководства принимать самостоятельные решения.

Эмоциональная автономия – избавление от детской эмоциональной зависимости от родителей.

Одной из важнейших особенностей этого периода является повышенный интерес к вопросам полового развития и к сексуальной сфере. На ранних этапах развития этот интерес в большей степени направлен на изучение подростками собственного тела, наблюдение за его изменениями и степенью соответствия общепринятым стандартам мужественности и женственности. Постепенно подростки начинают интересоваться и развитием других, особенно представителей противоположного пола. Они начинают осознавать свои развивающиеся сексуальные чувства и влечения, у них возрастает интерес к сексу как к эротическим ощущениям.

Обнаруживаются четко выраженные гендерные особенности мотивов сексуальной активности подростков. У парней ведущий мотив – любопытство, у девушек – нежные чувства.

Другой особенностью мотивационной сферы подростков является возникновение потребностей и мотивов, обуславливающих различные поведенческие отклонения: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

### **Развитие Я-концепции.**

Подростковый период очень важен в развитии Я-концепции ребенка, в формировании у него самооценки как основного регулятора поведения и деятельности, оказывающей непосредственное влияние на процесс дальнейшего самопознания, самовоспитания и в целом развития личности. Подростки с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а также на межличностные контакты, которые умеренны и целесообразны, направлены на познание других и себя в процессе общения.

Подростки с низкой самооценкой подвержены депрессивным тенденциям.

Подростки с тенденцией к сильному завышению самооценки проявляют достаточную ограниченность в видах деятельности и большую направленность на общение, причем малосодержательное.

В самооценке подростка происходят следующие преобразования.

1. Начиная с младшего подросткового возраста к старшему содержательный аспект самооценки подростков углубляется и переориентируется с учебной деятельности на взаимоотношения с товарищами и на свои физические качества.

2. В связи с увеличением критичности подростка к себе его самооценка становится более адекватной: подросток способен констатировать как свои положительные, так и отрицательные качества.

3. В самооценке становятся более выражены моральные качества, способности и воля.

4. Происходит дальнейшая эмансипация самооценки от внешних оценок, но оценка значимых других оказывает огромное влияние на характер самооценки подростка.

5. Влияние родителей на самооценку снижается и повышается влияние сверстников как референтной группы.

6. Самооценка оказывает влияние на успешность деятельности и социально-психологический статус подростка в коллективе, регулирует процесс общения.

7. Неадекватная самооценка детерминирует делинквентное поведение подростка.

8. Личностная самооценка подростка значимо коррелирует с его самооценкой невротического состояния.

Таким образом, в подростковом возрасте у молодых людей активно формируется самосознание, вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценивания и самоотношения, все более развиваются способности проникновения в свой внутренний мир.

В этом возрасте подросток начинает осознавать свою особенность и неповторимость, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Таким образом, постепенно у подростка формируется своя Я-концепция, которая способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения молодого человека.

### **Поведенческие особенности.**

Поведение молодого человека в подростковый период определяется несколькими факторами: пубертатным периодом – половым созреванием подростка и соответствующими быстрыми изменениями, происходящими в его организме, маргинальным периодом – социальным положением пребыва-

ние подростка на границе между двумя социальными мирами – миром детей и миром взрослых, а также сформировавшимися у него к этому времени индивидуальными особенностями. Наблюдается повышенная эмоциональная реактивность, непосредственность реакций, недостаточный рациональный контроль над внешним проявлением эмоций и возникающих импульсов, а также более высокая, чем у взрослых, физическая активность.

Стремление к общению со сверстниками настолько характерно для подросткового и юношеского возраста, что получило название подростковой реакции группирования. Наряду с очевидным половым разделением наблюдается образование смешанных подростковых и юношеских групп.

В связи с особенностями переходного возраста меняются отношения подростков с родителями, со сверстниками, с учителями, с противоположным полом. Это изменение значения людей в жизненном мире подростка, как и всякий процесс обретения нового видения мира, проходит достаточно болезненно.

Актуализируется стремление подростка к освобождению от опеки со стороны взрослых - реакция эмансипации. Реакция эмансипации представляет собой «стремление подростков освободиться от опеки, контроля, покровительства старших – родных, учителей, воспитателей, наставников, старшего поколения вообще», что в ряде случаев приводит к учащению и углублению конфликтов с ними. Однако полной свободы подростки в действительности не хотят, поскольку еще не готовы к ней, они хотят всего лишь иметь право на собственный выбор, на ответственность за свои слова и поступки.

Наиболее частыми причинами семейных конфликтов являются: выбор друзей и партнеров, частота посещений школьных вечеров и свиданий, занятия подростка, время отхода ко сну, укоренившиеся убеждения, выбор одежды и прически, необходимость работы по дому. Родители по-прежнему остаются для молодых людей наиболее важной референтной группой и теми людьми, к которым подростки предпочли бы обратиться в трудные минуты жизни. Больше всего старшеклассникам хотелось бы видеть в родителях друзей и советчиков.

Общение в кругу сверстников выполняет ряд специфических функций:

- Во-первых, оно представляет собой канал той информации, которую не сообщают взрослые (например, по вопросам пола).
- Во-вторых, общение со сверстниками способствует отработке навыков социального взаимодействия.
- В-третьих, общение дает подростку возможность пережить эмоциональный контакт с группой, чувство солидарности, групповой принадлежности, взаимной поддержки. А это приводит к переживанию подростком не только чувства автономии от взрослых, но и чувства устойчивости и эмоционального комфорта.

Конфликты с ровесниками в основном являются проявлением борьбы: у мальчиков – за лидерство, за успехи в физической или интеллектуальной областях или за чью-то дружбу, у девочек – за представителя противоположного пола.

В связи с половым созреванием у молодых людей появляется влечение к противоположному полу, которое у юношей и девушек проявляется качественно по-разному. Девушки больше стремятся к любви, нежности, уважению и безопасности. Они склонны к более длительным отношениям, и сексуальность для них является составляющей общих доверительных отношений с партнером.

Юноши более склонны к получению непосредственного сексуального опыта и стремятся к более частым половым сношениям.

Стремление молодых людей к познанию мира, своих возможностей, их желание самореализоваться в подростковом возрасте проявляются также в так называемой реакции увлечения, или хобби-реакции.

Выделяют следующие типы увлечений подростков:

- интеллектуально-эстетические, основной характеристикой которых является глубокий интерес подростка к любимому делу – музыке, рисованию, древней истории, электронике, разведению цветов и т. д., сюда же относится изобретательство и конструирование;
- телесно-мануальные – связаны с намерением молодого человека развить силу, выносливость, ловкость и вообще моторную искусность в различных сферах;
- лидерские увлечения – поиск ситуаций, где можно руководить, организовывать, направлять других;
- накопительские увлечения представляют собой коллекционирование во всех видах;

- эгоцентрические – любые занятия, внешняя сторона которых позволяет подростку оказаться в центре внимания. Например, художественная самодеятельность, увлечение модной одеждой, а также любые модные занятия;

- азартные увлечения – картежные игры, ставки и пари на деньги, лотереи и разнообразные лото;

- информативно-коммуникативные увлечения связаны с повышенной жадой общения, «тусовок», где можно получить легкую информацию, не требующую критической переработки.

Тип увлечения напрямую связан с типом личности подростка и является одним из его диагностических признаков.

Ведущими факторами развития в этом возрасте становятся общение со сверстниками и проявление индивидуальных особенностей личности.

Социальная ситуация развития – переход от зависимого детства к самостоятельной ответственной взрослости. Промежуточное положение между детством и взрослостью.

*Ведущая деятельность* – общение со сверстниками.

## **2. Специфика психологических проблем подросткового возраста**

Возрастной период, следующий за младшим школьным, по-разному именуется в психолого-педагогической литературе, дискуссионными являются и его возрастные границы. Будем называть этот период подростковым, определяя его границы возрастом учащихся V-XI классов. При этом учеников V-IX классов отнесем к младшим и средним подросткам, X-XI классов – к старшим подросткам.

У подростков обычно не применяется такая форма психологической поддержки, как психологическая коррекция, осуществляемая по инициативе взрослых: родителей или педагогов. Индивидуальная помощь может осуществляться в форме психологического консультирования по запросу самого подростка. Соответственно теряется значимость психологической диагностики, поскольку ее результаты не служат основаниями для организации психологической помощи. Групповые развивающие занятия, проводимые в рамках школы, возможны в младшем и среднем подростковом возрасте. В старшем подростковом возрасте могут проводиться уроки психологии или же занятия профориентационной направленности. Особую значимость приобретает консультирование родителей подростков, потому что значительная часть трудностей подростка связана с процессом отделения их от семьи и становлением самостоятельности. В этой главе расскажем об организации групповых занятий с подростками V-IX классов, раскроем специфику консультирования подростков и их родителей.

Подростковый период характеризуется существенной динамикой в развитии самосознания. Наблюдается, с одной стороны, его резкий рост, с другой – качественные изменения. Согласно концепции В.С. Мухиной, под самосознанием понимается психологическая структура, представляющая собой такое единство, которое находит свое выражение в каждом из следующих звеньев: имя человека и его физическая сущность, притязание на социальное признание, психологическое время личности (ее прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство личности (ее права и обязанности), половая идентификация. В.С. Мухиной показано, что наиболее существенным искажением в развитии самосознания является депривация одного или нескольких структурных звеньев самосознания, поскольку может приводить к появлению агрессивности, тревожности, трудностей в общении, а иногда и к суицидальным попыткам.

Для младших школьников было необходимым признание успехов в учебной деятельности, то для подростков становится важным признание их внешности и факта взросления. Начнем с внешности, поскольку именно телесное самовосприятие начинает выступать как одно из оснований самооценки подростков. В начале подросткового периода (V-VI классы) цельное представление о внешности превращается во фрагментарное, сосредоточенное на отдельных частях тела: ушах, ногах, носе и т. п. Отдельные части тела кажутся подросткам слишком тонкими или толстыми, большими или маленькими, длинными или короткими. Они считают, что все окружающие это замечают. Подростки начинают сравнивать себя с другими, обращая внимание на пропорции тела, кожу, половые признаки. Самоуважение в этот период нередко снижается. Далее в процессе взросления фрагментарное представление о себе сливается в целостное. Но у некоторых подростков есть риск сохранения прежнего фрагментарного представления, что необходимо учитывать психологу-консультанту. Притязание на телесное признание тесно связано с притязанием на признание собственной сексуальной привлекательности. Подросток глубоко страдает не в случае объективной сексуальной непривлекательности, а при неполучении признания сексуальной привлекательности со стороны ближайшего окружения.

Следующий параметр признания, значимый для подростков, – это факт собственного взросления. Он активно доказывается и сверстникам, и родителям, и самому себе. 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.

Подростки ориентированы на активное отстаивание своих прав при пренебрежении к обязанностям. Интересно, что многие подростки претендуют на те права, которые еще не умеют в данный момент использовать. Многие дети далеко не выглядят счастливыми, когда родители в конце концов соглашаются позволить им принимать самостоятельные решения. Подростки могут начать вести себя еще хуже, чтобы вынудить родителей вернуться к контролю за ними. У подростков наблюдается, с одной стороны, стремление к правам и порой излишне эмоциональное отстаивание их, с другой – страх их использования.

Взрослым необходимо иметь в виду, что подросткам действительно необходимо в целях полноценного развития иметь право на одушевленное и неодушевленное пространство (свою компанию, свою девушку и свою комнату). Причем подростки, как правило, стремятся «пометить» свое пространство: значками, эмблемами на одежде, плакатами на стенах своей комнаты. И если по квартире незаметно, что в ней живет подросток – отсутствуют его «метки», то можно предположить наличие некоторой депривации его прав. Иные родители подростков жалуются, что их сын или дочь постоянно держат закрытой дверь в свою комнату, а иногда требуют, чтобы родители стучали, входя к ним. Родителям такого подростка необходимо понять, что в данном случае комната символизирует его достаточно хрупкий внутренний мир, который он защищает от вторжения.

В подростковом возрасте также меняется отношение к запретам. Если младший школьник стремился следовать запрету, то для подростка становится значимым именно нарушение запретов. Это является следствием формирующегося чувства взрослости. По мнению подростков, следовать запрету или совету родителей – быть маленьким, нарушать – быть взрослым. Поэтому психологу-консультанту необходимо научиться общаться с подростком без применения так называемой «родительской лексики», основывающейся на активном использовании глаголов повелительного наклонения (сделай, пойдди, убери и т.п.) и глагола «должен» (ты должен сделать...).

В целом этот возраст характеризуется ориентацией на будущее: стремлением скорее вырасти, ожиданием в будущем определенных радостей и свобод. Но в начале подросткового возраста может наблюдаться некоторое осознанное или неосознанное стремление к прошлому, за которым стоит страх взросления. Важно также отметить следующее. Примерно к 14-15 годам у подростков должны сформироваться такие важные 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 положением, которое хочется занимать, и построить ступени между настоящим и будущим. Способность к целеполаганию дает возможность не только объективно увидеть свое положение, но и активно действовать для достижения каких-либо целей своего будущего. Однако у многих подростков наблюдается инфантильное отношение к будущему. Будущее для таких подростков воспринимается как проекция желаний настоящего. Не выстраиваются ступеньки между настоящим и будущим. В настоящем не предпринимаются какие-либо действия, направленные на достижение желаемых целей. «В будущем поступлю в медицинский институт, стану косметологом. Буду красиво одеваться, иметь много денег, ездить на дискотеки, путешествовать и т.п.» – так, к примеру, говорит ученица IX класса, которая весьма посредственно учится и свободное время тратит в основном на межполовое общение.

Основным новообразованием этого возраста можно назвать половую идентичность – представление о себе с точки зрения своего сексуального поведения, сексуальной позиции. Осложнить ее формирование могут следующие особенности подростковой сексуальности (В.Е. Каган): чрезвычайно высокая интенсивность полового влечения, так называемая юношеская гиперсексуальность; стремление подростков активно экспериментировать с новой для них функцией – сексуальной, следствием чего могут явиться различного рода экстремальные формы поведения.

Кроме того, следует иметь в виду, что достаточно часто подросток рассматривает начало половой жизни как своеобразное посвящение во взрослость и стремится к нему, следуя не сексуальным импульсам, а стремлению быть «как все» или же «круче всех».

Отделение подростка от семьи: он является только одной стороной единого процесса: разделения подростка и семьи. Другая сторона этого – отделение самой семьи от подростка. Отделение подростка от семьи – важнейшая предпосылка достижения им впоследствии зрелости, самостоятельности, возможности принять ответственность за свою жизнь на самого себя. Само название «отделение от семьи» не очень точное, поскольку итогом является не разрыв подростка с семьей, а установление новых партнерских взаимоотношений, в которых семья и подросток способствуют развитию друг друга. В случае нарушения этого процесса впоследствии можно предполагать либо полное эмоциональное отстранение молодого человека, либо установление довольно мучительной амбивалентной связи: отделяюсь – чувствую вину – присоединяюсь обратно – чувствую гнев – отделяюсь и т.п. При всей важности этого процесса нужно иметь в виду, что он редко протекает без осложнений, поскольку семье довольно трудно отпустить ребенка. Некоторые исследователи поэтому называют данный этап для семьи периодом взаимозависимости. Это может происходить по разным причинам. Во многих семьях ребенок выполняет функцию смысла жизни для матери. Отделение его от семьи делает ее жизнь бессмысленной, ей некого опекать, соответственно незачем жить. Помимо возможного решения через ребенка проблемы смысла жизни, за повышенной заботой о ребенке могут стоять стремление к контролю и власти, поиск любви и привязанности, удовлетворение потребности в социальном престиже и т. п. Иногда ребенок сглаживает своим присутствием проблему нарушенных взаимоотношений между родителями. Как писал М. Эриксон: «Когда приходит супружеская пара с очевидно проблемными отношениями между собой, но предъявляют они исключительно проблему ребенка, вам приходится иметь дело с объединенными силами мужа и жены. Необходимо разделить их так, чтобы это не заметили».

Затруднено отделение и в том случае, если в семье имеются нарушения структурно-ролевого характера. Наиболее частый вариант этого – проигрывание ребенком роли отсутствующего или плохо играющего свою роль члена семьи. В семье с эмоционально отстраненным отцом мать подключает на его роль сначала старшего, а после его отделения – младшего сына. Или же в неполной семье меняются ролями дочь и мать. Соответственно мать в детской позиции отчаянно сопротивляется отделению дочери, служащей ей опорой. Причин возможного нарушения так много, что в редкой семье отделение подростка осуществляется совсем бесконфликтно.

Чтобы иметь возможность оказать эффективную помощь подросткам, нужно четко представлять себе, на каком этапе отделения они находятся. Этапы в соответствии с характеристиками Bloom (Оудсхорн).

Первый этап (11-12 лет) характеризуется наличием у подростка конфликта между потребностью в зависимости и стремлением к автономии. Трудность его состоит в том, что подросток амбивалентен в своих ожиданиях в отношении родителей. Он, с одной стороны, сопротивляется проявлениям их заботы и ласки, а с другой – проявляет желание, чтобы его баловали. Таким образом, подросток перестает быть таким послушным и вежливым, каким он был раньше. У некоторых могут появиться регрессивные проявления: стремление полежать рядом с мамой, плаксивость, капризы. Родители, как правило, не понимают, что происходит с подростком, ужесточают запреты, чем могут привести подростка к острым эмоциональным расстройствам.

Второй этап – когнитивная реализация отделения (трудно указать возраст, так как переход к этой стадии 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 этой стадии определяется временем, необходимым родителям для принятия факта взросления подростка.

Третий этап – аффективные реакции на отделение. Здесь могут возникать чувство вины, гнев, депрессивные реакции, взаимный страх потери любви. И необходимо помочь родителям возвращать в себе чувство гордости и радости от достижений взрослеющего ребенка.

Четвертый этап – идентификация. Взрослые уже признают за подростком право на самостоятельность, исчезает внешнее буйство и ранимость. Подросток сосредоточивается на своей индивидуализации. Здесь очень важно, чтобы подросток имел образцы положительной интеграции среди значимых взрослых. Поэтому родителям подростка, находящегося на этой стадии, необходимо понять, что, только обратив внимание на собственную интегрированность или дезинтегрированность, можно помочь своему взрослеющему ребенку. Таким образом, завершением интегрированного состояния завершается процесс отделения подростка от семьи. С ним устанавливаются новые отношения, основан-



ные не на принуждении, а на партнерстве.

### **3. Индивидуальное консультирование подростков**

Консультирование подростков основывается преимущественно на применении методов разговорной терапии, т.е. именно разговор (а не игра, как у дошкольников и младших школьников) служит средством для устранения нарушений психологического здоровья. При этом особое значение приобретают такие описанные К. Роджерсом аспекты взаимоотношений между подростком и консультантом, как полное принятие подростка таким, какой 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. ▲

В силу особенностей возраста подросток чаще всего не осознает потребности в психологической помощи. На первом этапе консультирование консультант решает две задачи:

1) формирование мотивации на работу у подростка, осознание им необходимости социально-психологической помощи;

2) диагностика консультантом знаний подростка о природе человеческих отношений, умения отделять главное от второстепенного, об опыте (положительном или отрицательном), который подросток вынес, общаясь со значимыми взрослыми, его понимании норм поведения, жизненные ценности.

Кризисные состояния у подростка чаще всего вызывают следующие ситуации:

1) переживания по поводу оскорблений, запугивания, угроз физического насилия, издевательского отношения более старших в школе и на улице;

2) взаимоотношения в семье;

3) сексуальное насилие;

4) тревога по поводу значимых людей;

5) беременность;

6) взаимоотношения с друзьями и любимыми и т.п.

Кризисные состояния у подростков проявляются в форме переходящих состояний психического напряжения, замкнутости, пассивности или эмоциональных расстройств.

Переживаемый ребенком кризис острее воспринимается по сравнению с аналогичным в другом, более зрелом возрасте. Подросток чаще испытывает фрустрационные состояния.

Первая задача консультанта – сформировать доверительные отношения. Если кризис связан с отношениями с родителями, даже эффект «Оказывается не все взрослые такие плохие, как я думал», «Некоторые меня понимают» уже является психотерапевтическим эффектом. Положительное начало консультации – подчеркивание взрослости подростка, самостоятельности, добровольности. В работе с подростком не может быть единственно правильной линии поведения консультанта, все зависит от его опыта и интуиции. Если проблемная ситуация связана с родителями, то первая консультация проводится с подростком, затем с родителем и только после этого можно провести совместную сессию. Хорошим приемом в работе с подростком может быть техника обмена ролями, драматизации, задание посмотреть на ситуацию с другой позиции. Хорошим подспорьем могут быть рисунки. На консультациях с подростками целесообразно вводить информирование с целью расширения психологической осведомленности. Ребенка не следует перегружать вопросами.

Коммуникативные умения подростка:

- подросток умеет принимать знаки внимания, но не умеет их оказывать (не ждите благодарности за консультацию).

- подросток принимает критику, если она справедлива.

- подросток не умеет выбрать адекватную реакцию на несправедливую критику; в таких ситуациях демонстрирует провокационное поведение

- у подростков существует негласный запрет на моральную поддержку, проявление искренних чувств, но они готовы оказать действенную помощь

- говорить о своих переживаниях для подростка равнозначно проявлению слабости.

Для выбора поведения в кризисной ситуации для подростка характерны варианты или зависимого поведения, подчинение либо агрессивное провокационное поведение. Консультанту нужно помнить, что для современного подростка такие ценности взрослых, сформированных в другую эпоху, как активная жизнь, творчество, познание, профессиональное становление, будущее после школы, не являются актуальными для их переживаний и вызывают всплеск личностной тревоги. Высшие рейтинги в ценностях подростков занимают «материальная обеспеченность», «счастливая семейная жизнь»,

дружбы, уверенность в себе, любовь.

*Примерное содержание минимальной информации при консультировании развода, расставания.*

1. Общие сведения: стаж в браке, наличие и возраст детей, с какого момента произошел развод.
  2. Оформлен ли юридический развод. Как давно.
  3. Как воспринимается развод: эмоционально переживаемым, или связан с материальной составляющей, или разделом имущества, детьми.
  4. Ситуация в разводе воспринимается как безвыходная или как временные трудности, что говорит о перспективах, изменилось ли самоотношение.
  5. Какие мысли и чувства и намерения остались по отношению к бывшему супругу.
  6. Какая существует объяснительная схема развода
- Помните: эмоциональный фон развода создает женщина.

Ребенок.

1. Что знает о разводе.
2. Говорили ли ему причины и какие, если говорили. Как сейчас характеризует ребенка. Об истинных причинах развода ребенку говорить не надо, ни одного из родителей в глазах ребенка обвинять нельзя.
3. Что изменилось в жизни ребенка.
4. Как складывается общение родителей и ребенка

*Примерное содержание минимальной информации в ситуации запросов, связанных с подростками*

1. Состав семьи, возраст родителей, количество детей.
2. Особенности функционирования семьи, эмоциональный семейный климат, характер семейных отношений.
3. Локус жалобы, симптомы в поведении подростка (для анализа возможных вторичных выгод).
4. Выяснить характер общения с подростком в семье, стиль семейного воспитания.
5. Выяснить ожидания каждого родителя относительно ребенка.
6. Выделить из них деструктивные ожидания.
7. Выяснить какие послания получал ребенок от родителей, относительно его личностных качеств, ума, успешности и т.п.
8. На консультации использовать приемы, типа «горячего стула» в ходе которых родитель смог бы взглянуть на ситуацию глазами подростка.

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 преодоления трудностей.

Установление контакта традиционно осуществляется через объединение консультанта с подростком с помощью вербальных и невербальных средств (голос, жесты, поза, слова). Этот этап может представлять некоторые трудности для начинающего консультанта, который часто 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.

Диагностическая беседа с подростком. На наш взгляд, более быстродейственна беседа с применением ряда проективных методик, которые позволяют быстрее разговаривать подростка.

Этап интерпретации является одним из самых трудных, поскольку требует от консультанта умения передать свое видение причин трудностей (гипотезу) так, чтобы подросток сумел понять и принять его. Поэтому, на наш взгляд, здесь наиболее эффективным 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. За-

тем 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 консультанту опереться на активность самого подростка, а подростку – сформулировать проблему на своем языке и самому определить глубину погружения в нее. Проиллюстрируем это на конкретном примере.

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 мельницу, среднему – осла, 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: помог обрести любовь и успех.

Далее консультант вместе с психологом продумывают, какую пользу может принести подростку данная трудная ситуация – его собственный кот в сапогах. В чем 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. Приведем пример из работы с Ириной, 12 лет, с ранним половым созреванием и повышенным половым влечением. 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 дочери).

Все очень просто! Это непонимание бывает почти у каждой девушки-под ростока. 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 заставьте ее 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 переходит в тряпку. 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 старой 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, но необходимо помнить, что конкретного ребенка нельзя жестко уложить в любую, даже самую удачную схему. Каждый конкретный подросток внесет собственные коррективы в процесс консультирования. Главное, чтобы консультант оставался открытым опыту подростка и мог позволить себе оставаться искренним с самим собой и подростком.

#### **4. Учение и общение подростков как предмет анализа консультанта.**

В отрочестве, как хорошо известно, общение со сверстниками приобретает совершенно исключительную значимость. В отношениях исходного возрастного равенства **подростки** отрабатывают способы взаимоотношений, проходят особую школу социальных отношений.

В своей среде, взаимодействуя друг с другом, подростки *учатся рефлексии на себя и сверстника*. Взаимная заинтересованность, совместное постижение окружающего мира и друг друга становятся самоценными. Общение оказывается настолько притягательным, что дети забывают об уроках и домашних обязанностях. Связи с родителями, столь эмоциональные в детские годы, становятся не столь

непосредственными.

Подросток теперь менее зависит от родителей, чем в детстве. Свои дела, планы, тайны он доверяет уже не родителям, а обретенному другу. При этом в категорической форме отстаивает право на дружбу со своим сверстником, не терпит никаких обсуждений и комментариев по поводу не только недостатков, но и достоинств друга. Обсуждение личности друга в любой форме, даже в форме похвалы, воспринимается как покушение на его право выбора, его свободу. В отношениях со сверстниками подросток стремится реализовать свою личность, определить свои возможности в общении. Чтобы осуществлять эти стремления, ему нужны личная свобода и личная ответственность. И он отстаивает эту личную свободу как право на взрослость. При этом по отношению к родителям подросток, как правило, занимает негативную позицию.

Успехи в среде сверстников в отрочестве ценятся более всего. В подростковых объединениях в зависимости от общего уровня развития и воспитания стихийно *формируются свои кодексы чести*. Конечно, в целом нормы и правила заимствуются из отношений взрослых. Однако здесь пристально контролируется то, как каждый отстаивает свою честь, как осуществляются отношения с точки зрения равенства и свободы каждого. Здесь *высоко ценятся верность, честность и караются предательство, измена, нарушение данного слова, эгоизм, жадность и т.п.*

Нормативность в подростковых группах формируется стихийно, контроль за ней осуществляется в максималистских формах. Если подросток *подвел, предал, бросил*, он может быть избит, ему могут объявить бойкот и оставить в одиночестве. Подростки жестко оценивают сверстников, которые в своем развитии еще не достигли уровня самоуважения, не имеют собственного мнения, не умеют отстаивать свои интересы.

Перечисленные отроческие ориентации в общении, конечно же, в целом совпадают с ориентациями взрослых. Однако оценка поступков сверстников идет более максималистично и эмоционально, чем у взрослых.

При всей ориентации на утверждение себя среди сверстников подростки отличаются крайним конформизмом в подростковой группе. Один зависит от всех, стремится к сверстникам и подчас готов выполнить то, на что его подталкивает группа. Группа создает чувство «Мы», которое поддерживает подростка и укрепляет его внутренние позиции. Очень часто подростки для усиления этого «Мы» прибегают к автономной групповой речи, к автономным невербальным знакам; в этом возрасте подростки начинают носить одного стиля и вида одежду, чтобы подчеркнуть свою причастность друг к другу.

В неформальных подростковых объединениях формируется (или заимствуется из старших по возрасту группировок) своеобразный сленг (англ. slang) или арго (фр. argo) – слова или выражения, употребляемые определенными возрастными группами, социальными прослойками. Сленг придает эффект усиления чувства «Мы» тем, что сокращает дистанцию между общающимися через идентификацию всех членов группы общими знаками общения. *Речь подростков* может быть сплошь сленговая, но может иметь в обороте и 5-7 сленговых слов.

Главное, что эти слова присутствуют в группе, являются ее достоянием, они преступают нормы обыденной этики, освобождают от нормативной пристойности и дают ощущение раскрепощения в диалоге. Подростки пользуются сленгом в классе, в спортивных группах, во дворах домов, а также в диффузных неформальных объединениях под сленговыми названиями (панки, металлисты, хиппи, фашисты, люберы и др.).

Так, панки (от англ. ripе – отбросы) внешне отличаются от других по «гребню» – торчащей вверх фиксированной полосе волос от лба до затылка. «Гребень» может быть выкрашен в яркий, неприродный цвет – красный, зеленый. Общий вид такой головы архаичен – напоминает что-то среднее между гребнем игуанодона или стегозавра из книги «По путям развития жизни» и украшением дикаря. Чем отличие об общепринятой прическе больше, тем лучше. Панки являются носителем особого подросткового сленга и мата. Это – прежде всего подростки в возрасте 12-15 лет. Панки демонстрируют пренебрежение к культуре, к общепринятым нормам. Они «любят грязь», как поет о них Б.Гребенщиков. Панки демонстрируют, что они «отбросы».

Панки не имеют своей программы, они слоняются по городу, бездельничают и хулиганят. От учебы отлынивают, паразитируют за счет родителей. Болезнь роста – панкизм – обычно проходит вместе с отрочеством.

Другие группировки подростков также имеют свои внешние выразительные атрибуты и свой специфический сленг.

Помимо автономной сленговой речи, которая объединяет подростков в группы, необходимо выделить также площадные жесты и позы – агрессивные, снимающие дистанцию, подчас откровенно циничные. Подростковое невербальное общение может вызывать протест смотрящих на это взрослых, но сами подростки подчас с готовностью проходят через эту *возрастную инициацию* вольными жестами и позами. При этом они не вникают в глубинные смыслы своих выразительных действий.

Так, подростки легко дразнят друг друга высовыванием языка, показыванием кулака, постукиванием пальцем по уху, подкручиванием пальцем у виска, демонстрацией «фиги», позы «мачо», жеста «фак» и др.

Подростки мало интересуются глубинным смыслом используемых в общении поз и жестов. Они подхватывают эти телесные формы экспрессии и интенсивно используют их независимо от пола. Хотя все описанные выше позы и жесты сформировались для оскорбления достоинства другого человека, подростки в своей группе могут «не обращать» внимания на их значение и смысл.

Конечно же, многое в вербальных и невербальных формах общения определяют культурная среда, в которой живет подросток, и его внутренняя позиция по отношению к сленгу и ненормативным жестам вообще. Есть категория подростков, которая весьма чутко относится к родному слову и стремится к очищению и развитию собственной речи. Им претит пошлость, подчиняющая себе общение со сверстниками через сленг и невербальные агрессивные формы коммуникации. Чувствительность к пошлости одних подростков и нечувствительность других ставят их в отношения конфронтации или безмолвного отчуждения друг от друга. Начинается и в этой сфере разделение на «своих» и «чужих».

Диапазон подростковых ориентации в общении велик и многообразен, как сама окружающая среда. Однако на эти ориентации оказывает сильное воздействие потребность в сверстнике, в чувстве «Мы», страх перед возможным одиночеством. Самое трудное в отрочестве – *чувство одиночества*, ненужности своим сверстникам. Подросток начинает комплексовать, испытывает чувство растерянности и тревоги. Совсем другое, когда отношения со сверстниками строятся благополучно: подросток удовлетворен этим и может чувствовать себя счастливым.

В общении со взрослыми подростки, с одной стороны, сохраняют черты, которые были им присущи в младшем школьном возрасте: потребность в поддержке, авторитетность взрослого, нескритичность в подражании некоторым проявлениям взрослых, с другой – появляются новые черты, вступающие в противоречие со старыми – стремление к независимости, к уважительному и серьезному отношению со стороны взрослых к личной жизни и правам подростка. Противоречивость, мозаичность общения подростков отражают неоднозначность, рассогласованность характера их отношений со значимыми людьми.

Форма и содержание взаимоотношений подростка со значимыми взрослыми людьми в большей степени зависит от того, насколько гибко способны изменить ролевые позиции близкие взрослые. Если взрослые меняют систему взаимоотношений с подростком, учитывая появившееся у него чувство взрослости, тогда эти отношения строятся на этой новой основе без каких-либо негативных кризисов. В этом случае взрослый может значительно облегчить подростку поиск его места в системе новых, складывающихся взаимоотношений, помочь оценить свои способности и возможности, лучше познать себя. Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогают подростку по-новому узнать сотрудничающих с ним взрослых. В результате создаются более глубокие эмоциональные и духовные контакты, поддерживающие подростка в жизни.

Если же близкие взрослые не сумели вовремя скорректировать свое отношение к подростку, тогда подростки начинают оказывать сопротивление по отношению к ранее выполняемым требованиям со стороны взрослых, активнее отстаивать свои права на самостоятельность, отождествляемую в их понимании со взрослостью. Они болезненно реагируют на реальные или кажущиеся ущемления своих прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе.

Общение подростка во многом обуславливается изменчивостью его настроения. На протяжении небольшого промежутка времени оно может меняться на прямо противоположное. Изменчивость настроений ведет к неадекватности реакций подростка. Так, реакция эмансипации, проявляющаяся в стремлении высвободиться из-под опеки старших, может принимать под влиянием момента такие крайние формы выражения, как побеги из дома.

Неустойчивость подростка, неумение оказать сопротивление давлению со стороны взрослых зачастую ведет к «уходам» из ситуации. Поведение подростка также в определенной степени характеризуется детскими реакциями. При чрезмерных ожиданиях от подростка, связанных с непосильными для

него нагрузками, или при уменьшении внимания со стороны близких может следовать реакция оппозиции, характеризующаяся тем, что он разными способами пытается вернуть внимание, переключить его с кого-то другого на себя.

Характерными для подросткового возраста являются имитации чьего-либо поведения. Чаще имитируется поведение значимого взрослого, достигшего определенного успеха, причем в первую очередь обращается внимание на внешнюю сторону. При недостаточной критичности и несамостоятельности в суждениях такой образец для подражания может оказать негативное влияние на поведение подростка. Сравнительно редко проявляется у подростков отрицательная имитация, когда определенный человек выбирается в качестве отрицательного образца.

Слабость и неудачливость в какой-то одной области подросток стремится компенсировать успехами в другой. Причем сравнительно часто встречаются формы гиперкомпенсации, когда для самореализации выбирается область деятельности, представляющая наибольшие трудности.

Общение со значимыми людьми является источником возникновения различных переживаний. Негативные переживания, возникающие при общении подростка с одними людьми, могут компенсироваться позитивными переживаниями, возникающими в ходе общения с другими. Вероятность возникновения невротического расстройства у подростка возрастает, если у него нет возможности для компенсаторного общения или если он ее получает в асоциальной среде.

В подростковом возрасте совершается одно из важнейших событий детства — преодоление слияния и появление критичности к собственной семье с целью обретения более широкой идентичности со своей страной, человечеством в целом и пр.

Рассмотрим реакции на взросление подростка в основных типах семей, выделяемых А.И. Захаровым:

1. Семья с высокой рефлексией и ответственностью понимает, что ребенок взрослеет и что с этим надо считаться, изменяя стиль взаимоотношений. К подростку начинают относиться с учетом появившегося у него чувства взрослости. Не навязывая своего внимания, родители выражают готовность обсудить его проблемы. Взрослые из хорошо рефлексирующих семей выражают готовность к сотрудничеству с подростком. Главное в такой семье — сохранение столь желанного для отрочества чувства самоуважения.

2. Семья отчужденная, в которой к подростку относятся так же, как и в детстве, — им мало интересуются, избегают общения с ним и держатся от него на расстоянии. Отчужденные родители уже сделали свой вклад в развитие характера своего ребенка: он или тоже стал носителем отчужденных форм поведения и обладателем отчужденной души, или у него сложился горький комплекс собственной неполноценности.

3. Семья авторитарная по сложившимся стереотипам продолжает предъявлять подростку те же жесткие требования, что и в детстве. Обычно, если это было принято ранее, здесь продолжают применять и физические наказания (в детстве — шлепали, теперь могут «врезать»). В авторитарной семье подросток так же одинок, несчастен и неуверен в себе, как и в детстве.

4. Семья с попустительским отношением. В такой семье продолжает господствовать принцип вседозволенности: подросток уже давно освоил способы манипулирования родителями. Эгоизм и сопутствующая ему конфликтность — основные характеристики характера подростков из таких семей. Здесь подросток несчастлив вдвойне: сам по себе возраст — уже кризис личностного развития плюс еще недостатки, сформированные в его личностной позиции отношениями вседозволенности, чего ему никогда не предложит действительная жизнь.

5. Семья гиперопекающая. Подросток в такой семье вырос под пристальным вниманием и заботой родителей, у которых масса своих внутренних проблем, возникающих по большей части на основе личных трагедий и комплексов. С подростком родители по-прежнему не расстаются, опекают его не только извне, но стремятся завладеть и его душевными переживаниями. Здесь подросток, как и в детстве, не уверен в себе. В случае необходимости он не может дать отпор, но и не может сам построить позитивные отношения.

Описанные стили отношений к подростку демонстрируют лишь тенденции условий развития личности в отрочестве. В семье может быть одновременно множество разнообразных стилей общения, обусловленных неоднородностью культурных уровней ее членов (дедушек, бабушек, родителей, других родственников). Подросток может стремиться к идентификации со своими родителями, но может

занимать и отчужденную позицию.

### **5. Групповая психокоррекция при акцентуациях характера у подростков.**

Одной из особенностей подросткового периода является завершение формирования характера с заострением некоторых черт и последующим их сглаживанием. Именно в подростковом возрасте чаще всего проявляются акцентуации характера, представляющие собой крайние варианты нормального характера. В обычных условиях наличие той или иной акцентуации не всегда заметно окружающим и не препятствует благоприятной социальной адаптации. Однако под влиянием стрессов, психотравмирующих ситуаций, жизненных трудностей, которыми достаточно богат подростковый возраст, лица с акцентуациями характера могут стать девиантными. При этом каждый тип акцентуации имеет свое «слабое место» и оказывается наиболее чувствительным и уязвимым в отношении специфических воздействий. По определению А.Е. Личко, акцентуации характера – это крайние варианты нормы, при которых отдельные его черты чрезмерно усилены и обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей или даже пониженной чувствительности к другим.

Своевременное распознавание типа акцентуации характера необходимо для профилактики и коррекции нарушений поведения, эмоциональных срывов или нервно-психических отклонений у подростков.

Зная тип акцентуации, психолог может посоветовать родителям изменить тактику семейного воспитания, дать рекомендации педагогам по исключению из педагогической практики тех или иных провоцирующих воздействий на подростка. Консультируя самих подростков, он может предложить им упражнения для самотренировки.

Эффективным способом коррекции акцентуации характера у подростков является групповая психотерапия, один из вариантов которой предложен В.И. Гарбузовым.

**Темы занятий:** О пользе групповых занятий. О темпераменте и характере. О воли и эмоциональности. Об интеллекте. О мужественности и женственности. О личности и ее притязаниях. О ролевом поведении. Об отношениях с другими. Об умении разбираться в ситуациях. О психологической защите. Об установках для самого себя. Десять наставлений психолога.

#### **Цели и задачи.**

**Коррекция отношения к себе.** Достижение способности к объективной самооценке, осознанию и устранению психологических защит в поведении. Максимальное развитие психофизических данных, приобретение самостоятельности. Реставрация и коррекция подавленной натуры, укрепление адаптивности. Реабилитация «Я» в собственных глазах, достижение уверенности в себе, антиконформности, антивнушаемости, адаптивности, реставрация чувства собственного достоинства. Коррекция системы ценностей и потребностей, их иерархии, приведение притязаний в соответствие с психофизическими возможностями. Коррекция полоролевого самоощущения и поведения. Принятие адекватной роли.

**Коррекция отношения к другим.** Достижение способности к эмпатии, к пониманию переживаний, состояния и интересов других, способности к критическому, но доброжелательному отношению к восприятию достоинств и недостатков других лиц, реставрация альтруистической ориентации личности. Приобретение навыков адекватного и равноправного общения, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов. Приобретение навыков культуры эмоциональной экспрессии.

Приобретение навыков аргументации, ясного и точного изложения своих мыслей, умения устанавливать деловые контакты. Приобретение лидерских и организаторских навыков, овладение способами выхода из затруднительных и опасных отношений с другими, навыками самозащиты. Реабилитация в глазах других и реадаптация среди других, завоевание авторитета как конечный результат адаптации.

**Коррекция отношения к реальности (жизни).** Приобретение навыков выбора и принятия решений, мобилизации и самоорганизации, особенно в экстремальных ситуациях и обстоятельствах, приобретение и укрепление волевых качеств, устойчивости по отношению к неудачам, бедам и угрозам. Обретение оптимизма в отношении реальной жизни, приобретение навыков преодоления трудностей и преград. Преодоление омраченности и невежества по отношению к жизни, коррекция неадекватного образа жизни.

В психотерапевтической группе подростки видят себя во взаимодействии с другими и в зеркале отношений, поступков и действий других. Они приобретают приспособительно важную способность

видеть и оценивать себя глазами других. В психотерапевтической группе моделируются и отрабатываются навыки общения, преодоления экстремальных ситуаций. В моделируемых психодраматических обстоятельствах выявляются и рационально разрешаются внутренние конфликты, рационализируются и преодолеваются страхи. Отрабатываются цивилизованные и продуктивные формы проявления подростковой агрессии, формируется культура эмоциональной экспрессии.

В психотерапевтической группе подросток принимает сам себя, других и жизненную реальность, преодолевая тревожную мнительность, пессимизм и депрессивность.

В качестве примера приводим сценарий последнего занятия «Десять наставлений педагога». Мы встретились сегодня в последний раз. Все сказано. Кто сделал верные выводы, кто встал на путь самосовершенствования, тот добьется всего, чего хочет, состоится как личность. И помните, что вы во втором периоде жизни. На прощание я даю вам десять наставлений. Не унывай! Унывающий обречен на неудачи. Не бойся! Трус обречен на поражение. Трудись! Другого пути к успеху не дано. Думай! Думай до поступка, думай, совершив поступок, и ты научишься не совершать ошибок, накопишь опыт.

Не лги! И ты будешь иметь друзей. Не обманывай себя и помни о психологической защите.

Научись смотреть на себя и свои поступки как бы со стороны, глазами других, и ты многое поймешь, избежишь многих бед, добьешься уважения других людей. Оставайся всегда и во всем самим собой, иди своим путем. В этом случае ты состоишься как личность и достигнешь желаемого. В противном случае ты всегда будешь попутчиком и придешь к тому, чего хотят другие, а не ты сам. Избегай злых людей, ибо зло заразительно. Будь благодарен родителям, бабушкам, дедушкам, людям, сделавшим тебе добро. Неблагодарность – тяжкий грех. Слушай старших, и ты избежишь многих бед. Запишите эти наставления. Перечитывайте их. В них мудрость народов и веков.

**Динамическая самооценка.** Вернемся к первому занятию. Вновь представьте самооценки за отношение к учебе, общую эрудицию, память, решительность, трудолюбие, силу воли, организованность, устойчивость к неудачам, самостоятельность, физическую силу, ловкость, способность действовать и думать быстро, смекалку и находчивость, смелость и общительность. Оцените эти качества по пятибалльной системе.

Сверим результаты того, что было, и того, чего вы добились. Это очень важно. Кто заметно продвинулся, молодец, дело у него идет отлично! Даже небольшие достижения – заслуга, но надо больше работать над собой. Не страшно, если продвижения пока нет, но сделан правильный выбор. Нужно удвоить усилия! И только ухудшение показателей – плохой сигнал.

**Самопрезентация.** Вы должны многому научиться, многое продумать, стать смелее и решительнее. Вот и продемонстрируйте это. Группа будет приемной комиссией в театральный институт, а каждый по очереди – поступающим в него и сдающим экзамен: стихотворение, басня, отрывок из прозы, танец, песня; действуйте свободно, раскованно, артистично, смело.

**Аутогенная тренировка. Формула внушения.** Это последнее мое внушение и последняя групповая аутогенная тренировка. Вы все запомнили. Родители записали для вас технику «АТ-экспресс». Отныне вы это будете делать сами. Вы сами будете внушать себе, внушать необходимое, актуальное для вас: уверенность, решимость, волю, память, смелость, оптимизм, спокойствие. Вы никогда не сойдете с пути самосовершенствования, на который однажды вступили. Помните главное: не благие намерения, а действия, труд, воля и ум сотворят из вас личность и выведут на дорогу достойной судьбы!

**Подведение итогов работы группы.** Теперь говорите вы. Подведите для себя итог, поделитесь впечатлениями о наших занятиях. Хорошо, если вы что-то посоветуете, выскажете пожелания и слова благодарности.

### Список литературы

1. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова [и др.]. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института, 2002. – 416 с.
2. Бурменская, Г.В. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей / Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 136 с.
3. Дубровина, И.В. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / И.В. Дубровина. – М.: Издательский центр «Академия», 1997. – 128 с.
4. Карабанова, О.А. Возрастная психология. Конспект лекций / О.А. Карабанова. – М.: «Айрисс-



пресс», 2005. – 238 с.

5. Молочкова, И.В. Психологические проблемы школьного обучения: методическое пособие / И.В. Молочкова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. – 59 с.

6. Прихожан, А.М. Подросток в учебнике и в жизни / А.М. Прихожан и др. – М.: Знание, 1990. – 85 с.

7. Раттер, С. Помощь трудным детям / С. Раттер. – М.: Просвещение, 1987. – 350 с.

8. Солдатова, Е.Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез / Е.Л. Солдатова, Г.Н. Лаврова. – Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 384 с.

9. Солдатова, Е.Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е.Л. Солдатова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267 с.

10. Хозиева, М.В. Практикум по возрастнo-психологическому консультированию: учебное пособие для вузов / М.В. Хозиева. – М.: Изд-во «Академия», 2005. – 320 с.

11. Шнейдер, Л.Б. Девиантное поведение детей и подростков / Л.Б. Шнейдер. – М.: Академический Проект; Трикста, 2005. – 336 с.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКАРИНЫ

### Ситуация

Обратилась классная руководительница 8 класса по поводу ученицы Тани А.. Девочке 15 лет, проживает в семье, где отец алкоголик, мать, зависимая от него женщина. Девочка, несмотря на неплохой интеллект, учится все хуже и хуже, стала замкнута, депрессивна, на доверительный разговор не идет.

Задачи: возможности консультирования классной руководительницы и в случае прихода матери, как работать с ней (в ситуации, если женщина интеллектуально ограничена и интеллектуальна достаточна) Вариант выбирает «клиент».

Задачи социального педагога при работе с классным руководителем: 1) собрать информацию более подробную о поведении девочки (в т.ч. с целью исключения фактов насилия), о сохранившихся доверительных отношениях со сверстниками, о значимых лицах для нее, которые способны оказывать влияние, о существующих увлечениях, интересах, привлечь к работе психолога с целью диагностики. Изучить обстановку дома, уточнить информацию о родителях, степени алкоголизации отца, степени зависимости-независимости матери и т.п.

\*Задачи психолога: Работать с подростком с целью выяснения характера сложившихся отношений между девочкой и матерью, оставшихся каналов влияния девочки на мать (любит, жалеет, вместе спасаются от отца и т.п.). Далее работа с матерью по традиционному алгоритму, включив анализ эффективности взаимоотношений с дочерью и возможен третий этап: совместная работа с матерью и дочерью.

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.

Приведем выдержки из протокола беседы с Мариной, в работе с которой последовательно, в течение одной встречи применялись методики «Несуществующее животное», «Рисунок семьи», «Семья животных», «Методика Гарднера», «Раннее воспоминание».

#### Несуществующее животное

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, 4 брата и 3 сестры. Все старшие. Однажды Шамкоте 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 назвали ее Шамко-той (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 говорящими цветами и мечтает вернуться на Землю вместе с ними. На Земле ее ждут мама, папа и все братья и сестры. И уже есть даже племянники. Родители поехали в розыск. Мама плачет, папа успокаивает, но все они ее ждут.

#### 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 разбирала вещи, ибо 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 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 легко заметить, в рассказе 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.

Методика Гарднера также выявляет потребность девочки 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, так же 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 1 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 альми 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 на психологическом уровне проблема проявляется в психосоматических симптомах.

Как можно увидеть из приведенного примера, для уточнения гипотезы о причинах трудностей подростка можно работать с его братьями и сестрами. Если консультирование проводится в условиях школы, то, как правило, такая возможность всегда имеется.

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 «усоветить» Наташу: родители жалуются, что она «хамит всем, хлопает дверью, закатывает истерики». Сама Наташа говорит, что все ей надоело и она была бы рада, если бы консультант сумела бы «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 с бриллиантом. 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

Это 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.