

УДК 159.922.76:37.018.12

Кириленко И.Н.

ПРОФИЛАКТИКА И КОРРЕКЦИЯ АГРЕССИИ ПОДРОСТКОВ

Ключевые слова: детско-родительские отношения, деструктивные формы поведения, фрустрация, значимые жизненные ценности, семейные традиции, психологический контакт.

Среди совокупности факторов, продуцирующих образование и развитие деструктивных форм активности в подростковом возрасте, можно выделить следующие: фрустрация социогенных потребностей, недостаточная компетентность в выборе путей саморазвития и построения жизненной перспективы, отсутствие опыта конструктивного разрешения жизненных противоречий, неспособность к осуществлению ценностно-смыслового выбора, обеспечивающего целостность личности (половой, социальной, культурной, профессиональной идентичности).

В психологии установлено, что агрессия подростка является следствием используемых родительских стратегий.

В основе позитивных и эффективных взаимоотношений родителей с подростками лежит безусловная любовь, не зависящая от качеств и особенностей ребенка. Только такая любовь способна помешать развитию у подростка обидчивости, оградить от ощущения собственной ненужности и неполноценности. Потребность в любви удовлетворяется, когда родители сообщают ребенку, что он им дорог, нужен, важен. Такие сообщения могут содержаться в приветливых взглядах, объятьях, ласковых прикосновениях, но это не значит, что родителям всегда должно нравиться поведение детей, что они не могут выражать свое недовольство поступками детей.

Можно выражать недовольство только отдельными поступками детей, а не ребенком в целом. Однако недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастет в неприятие. Сообщать ребенку о чувствах, испытываемых родителями, можно по-разному. Часто родители используют неэффективные методы: гнев, раздражение, ярость.

Поддавшись их влиянию, родители повышают голос, требуют немедленного послушания, грозят наказанием. Делают это они с благим намерением: изменить в лучшую сторону нежелательное поведение, однако все безрезультатно.

В основе возникающего отчуждения лежит реально существующее изменение позиций в отношениях с подростками детьми, неумение взрослых учитывать эти изменения; слепое и безрассудное стремление опираться на формальную власть, авторитарность и принуждение; пренебрежение равноправным характером взаимоотношений с юностью; отказ от создания благоприятного морально-психологического климата. Это сказывается на воспитании подростков и на взаимоотношениях родителей с ними. Родители убеждают себя в том, что власть над детьми дана им по праву, и начинают деспотически навязывать им свои мнения, суждения, оценки и решения. Позиция эта чревата серьезными последствиями. Встретив сопротивление со стороны подростков, родители могут прийти к убеждению, что их новый стиль отношений безнравственен и не соответствует общепринятым нормам. В своих попытках исправить дело родители могут дойти до того, чтобы жестко определять стиль одежды, обуви, фасон прически и нормы повеления, «пристойные» для данного возраста.

Некоторые родители начинают попросту побаиваться быстро взрослеющих и стремительно умнеющих детей и постепенно капитулируют перед ними. Родители стремятся «не отстать от молодежи»; боятся получить от них упрек в консерватизме и обретают в награду в лучшем случае снисходительную улыбку.

Обе позиции чреваты нарушением нормальных взаимоотношений

между поколениями (озлобленностью и неприятием старших в первом случае; скептически снисходительным, а то и презрительным отношением к ним – во втором), а заодно и потерей взрослой стороной авторитета в глазах подростков. Кроме того, нарушение взаимоотношений может неизбежно вылиться в серьезные дефекты воспитания семьянина.

По мнению исследователей (В.А. Аверин, Р.Т. Байярд, Е.М. Волкова), предпочитаемый тип власти и, соответственно, ориентация на определенный вид авторитета четко взаимосвязаны с преимущественным стилем взаимоотношений.

Наилучшие взаимоотношения подростков с родителями складываются обычно тогда, когда они придерживаются демократического стиля воспитания. Этот стиль в наибольшей степени способствует воспитанию самостоятельности, активности, инициативы и социальной ответственности, так как поведение детей направляется последовательно и вместе с тем гибко и рационально: родитель всегда объясняет мотивы своих требований и поощряет их обсуждение подростком; власть используется лишь в меру необходимости, ценится послушание и независимость, родитель устанавливает правила и твердо проводит их в жизнь, но не считает себя непогрешимым; прислушивается к мнению подростка, но не исходит только из его желаний.

Крайние типы отношений, идут ли они в сторону авторитарности или либеральности, дают плохие результаты. Авторитарный стиль вызывает у детей отчуждение от родителей, чувство своей незначительности и нежеланности в семье. Родительские требования, если они кажутся необоснованными, вызывают либо протест и агрессию, либо привычную апатию и пассивность.

Перегиб в сторону демократизма вызывает у подростка ощущение, что родителям нет до него дела. Кроме того, пассивные, незаинтересованные родители не могут быть предметом подражания и идентификации, а другие влияния (школы, сверстников, средств массовой коммуникации) часто не могут восполнить этот пробел, оставляя ребенка без надлежащего руководства и ориентации в сложном и меняющемся мире. Ослабление родительского начала, как и его гипертрофия, способствует формированию личности недостаточно развитой.

Как ни велико влияние родителей на формирование личности, пик его приходится не на переходный возраст, а на первые годы жизни. К старшим классам стиль взаимоотношений с родителями давно уже сложился, и «отменить» эффект прошлого опыта невозможно. Чтобы понять взаимоотношения старшеклассника с родителями, необходимо знать, как меняются с возрастом функции этих отношений и связанные с ними представления.

Перед подростком открывается вся сложность окружающего мира, социальной жизни, в которой очень нелегко разобраться. Ему нужен друг, учитель, а не моралист, нужен человек, который может понять все переживания: не осудить, а помочь разобраться в сложной жизненной ситуации. Эти ситуации бывают более сложными, чем у взрослых, поскольку здесь все впервые: и первая любовь, и первые взрослые разговоры, и первые взрослые увлечения.

Именно в подростковом возрасте формируются значимые жизненные ценности. Выбор друзей происходит по сродству взглядов на жизнь, по убеждениям, которые еще не являются достаточно зрелыми, но получают свое завершение и становятся более осоз-

нанными при объединении в группы в совместной учебной и досуговой деятельности. Часто направленность этих групп пугает родителей. Да и вытянуть ребенка из этой компании бывает крайне тяжело.

В случаях применения родителями агрессивных стимулов они теряют авторитет у подростков. Если в предыдущих возрастах у родителей был контакт с ребенком, то в подростковом возрасте он может не сохраниться, так как родители могут быть не готовы принять своего повзрослевшего ребенка, у которого появляются свои оценки, мнения и взгляды.

Психологический контакт, близкие отношения нужны не только для того, чтобы быть уверенным, что дети не станут объектом манипуляции со стороны девиантных сверстников и различных деструктивных неформальных организаций, но и для того, чтобы вовремя помочь преодолеть возникающие внутриличностные кризисы и создать основу для позитивного личностного самоопределения. Только будучи внимательными к чувствам, переживаниям, к внутреннему миру детей, родители могут рассчитывать на то, что они будут так же внимательны и отзывчивы к проблемам родителей и других людей. Родителям, которые испытывают трудности в общении с подростками, как правило, надо учиться выстраивать доверительные отношения и устанавливать оптимальную психологическую дистанцию со своим ребенком. Если же подросток не находит у родителей понимания, желания обсудить какой-то серьезный вопрос, он внутренне отгораживается от родителей и ищет ответы на поставленные вопросы на стороне, часто в далеко не подходящей компании.

Некоторые родители своим примером показывают ребенку, как можно

выйти из трудной ситуации, из конфликтов, его заранее готовят к взрослости, учат сознательно относиться к своим и чужим ошибкам. Как показали исследования, родители подростков нуждаются в психологическом сопровождении не в меньшей степени, чем их дети. Стратегии родительского воздействия и родительского контроля не должны превращаться в агрессивные стимулы, вызывающие соответствующее поведение подростков. В процессе прохождения психологических тренингов родители должны научиться различать виды и формы подростковой агрессии, чтобы отличать оборонительную, защитную агрессию от деструктивной, злокачественной.

В отечественной психологической практике накоплен большой опыт изучения семейного воспитания, внутрисемейных отношений, а также проведения семейной терапии с семьями, имеющими подростков с теми или иными нарушениями социальной адаптации (А.Я. Варга, А.И. Захаров, А.Е. Личко, А.С. Спиваковская, Э.Г. Эйдемиллер).

Подростковый возраст отличается наличием высокого запроса на психологическую помощь и поддержку со стороны компетентных взрослых. Вместе с тем анализ научных исследований в этом направлении и психологической практики работы с подростками показывает, что этот запрос, как правило, не вербализуется и не всегда осознается самим ребенком.

В психологии принятие себя предполагает принятие своих чувств – как позитивных, так и негативных. Только приняв и осознав, человек может корректировать их, управлять ими либо полностью социализировать не одобряемые обществом и неприемлемые для социума чувства и их проявления. Это прежде всего относится к эмоциям,

сопровождающим агрессию, – гнев, ненависти, зависти, злости и им подобным. Поэтому одно из содержательных направлений программы заключается в их социализации, рефлексии факторов, их порождающих

Подросток «знакомится» с агрессией, как собственной, так и окружающих, в раннем детстве. Агрессия накапливается в период обучения в школе в ответ на замечания учителя по типу «красного карандаша», отмечающего несоответствие ребенка нормам и требованиям. Запрет на проявление агрессии, транслируемый взрослыми, не решает проблемы: она либо накапливается во внутреннем плане, либо проявляется в искаженных формах. Таким образом, решение данной проблемы состоит не в том, чтобы выстроить систему запретов, а в нахождении способов социализации агрессии.

Предлагаемая программа психологической помощи, включающая профилактический и коррекционный уровни, может реализовываться как в рамках деятельности психологической службы образования, так и на базе психологических центров. Значимым является учет возрастнo-специфических особенностей подростка, типа семьи и наличие высокого уровня профессиональной компетентности психологов, задействованных в этом процессе.

Программа психологической помощи агрессивным подросткам должна включать:

- блок общей профилактики;
- косвенную психологическую помощь в форме участия в тренингах, работы телефона доверия, дистанционных консультаций с использованием сети Интернет;
- индивидуальную консультативную и коррекционную работу;
- работу, направленную на гармонизацию отношений «подросток –

взрослый», в первую очередь в семье.

В рамках проводимого исследования нас прежде всего интересовала возможность организации профилактики агрессии с привлечением родителей. Анализ опыта работы позволил разработать схему комплексной системы работы по профилактике агрессии (рис. 1).

Формирование ценностного отношения к асертивному, аттрактивному взаимодействию в семье происходит посредством реализации комплекса мероприятий, встроенных в воспитательный процесс и осуществляемых психологической службой школы совместно с педагогами, родителями и учащимися. Это праздники семьи, семейные соревнования, презентация семьи, ее истории, семейных традиций. Достаточно эффективной оказывается просветительская деятельность, нацеленная на повышение психологической культуры родителей и подростков.

Диагностический блок посвящен созданию банка диагностических па-

раметров, описывающих социально-психологический портрет семьи. На этом уровне выявляются психологические барьеры и резервы взаимоотношений в диаде «ребенок – родитель», а также ресурсные возможности субъектов общения.

Развивающий блок программы представлен двумя видами тренинга: «Тренинг детско-родительских отношений» и «Тренинг развития социальной компетентности подростков». Тренинговые группы формируются по диагностическим показателям с согласия подростков и родителей.

Заканчивается данный этап профилактической работы разработкой творческих проектов создания безопасной здоровьесберегающей среды в семье. Этот вид работы представляется наиболее интересным, так как позволяет посредством применения проектного метода организовать сотрудничество родителей и подростков по осмыслению возможностей развития отношений, поиску средств и путей их улучшения. Необходимо отметить, что анализ практики реализации програм-



Рис. 1. Схема комплексной системы работы по профилактике агрессии

мы показывает, что не все родители готовы участвовать в проектировании, особенно это касается контингента неблагополучных семей. В такой ситуации возможна организация проектирования без родителей, с другими взрослыми.

Итогом профилактической работы может быть реализация модели безопасной среды семьи (рис. 2).

Такая модель может быть реализована на практике как результат интеграции усилий психологической службы образовательного учреждения, родителей и подростков.

Акцент в работе с родителями, как показывает опыт, целесообразно делать на развитии проявлений психологической компетентности взрослого во взаимоотношениях с подростком, которые способствуют предотвращению развития агрессии. К числу таковых относятся:

- трансляция оптимальных способов решения кризисных ситуаций;
- демонстрация самопринятия и самоуважения, конструктивности и конкурентоспособности;
- эмпатийность и толерантность в общении с миром детей;
- психологическая поддержка ребенка в формировании психологически

конструктивной индивидуальной реальности;

- актуализация мотивации личностного роста;
- прогнозирование позитивного образа достижений.

При профилактике и коррекции детско-родительских отношений наиболее значимыми являются формы работы по обогащению знаний родителей, обучение родителей социально-психологическим навыкам и навыкам взаимодействия с детьми, а также когнитивно-поведенческие методы. Особо эффективна групповая работа родителей.

Необходимость профилактической работы с родителями агрессивных подростков обусловлена тем фактом, что подростковый возраст особо чувствителен к тону и характеру взаимоотношений внутри семьи, что требует перехода внутрисемейных отношений на качественно новый этап, к которому должны быть готовы все члены семьи, и прежде всего родители.

Исходя из этого, профилактика агрессивности должна вестись в следующих направлениях:

- повышение психологической компетентности взрослых как субъектов взаимодействия с ребенком;

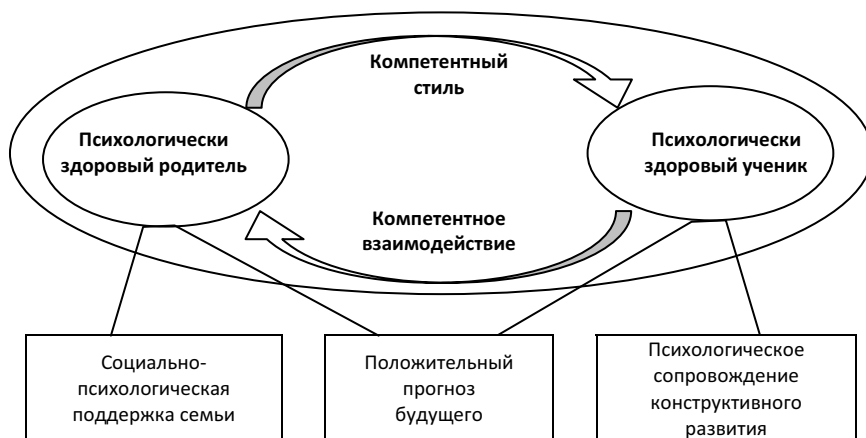


Рис. 2. Модель безопасной среды семьи

- развитие социальной и психологической компетентности подростка;
- психологическая поддержка ребенка как развивающегося субъекта социального взаимодействия;
- насыщение пространства жизни ребенка позитивными интеллектуальными, эмоциональными, эстетическими и поведенческими стимулами.

Литература

1. Варга А.Я. Структура и типы родительских отношений: дис. ... канд. психол. наук. М., 1986.
2. Джеймс М., Джангвард Д. Рожденные выигрывать. М., 2006.
3. Захаров А.И. Происхождение детских неврозов. М., 2000.
4. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. 2-е изд. Л., 1983.
5. Эйдемиллер Г., Юстицкис В.В. Психология и психотерапия семьи. СПб., 1999.