

Практическая психология возрастных кризисов

В психологии существуют различные формы, средства, способы психологического вмешательства, направленные на помощь в разрешении самых разнообразных эмоциональных, поведенческих и межличностных проблем. Такого рода помощь - сфера психотерапии и психологического консультирования, коррекции, требующая от специалиста особой долговременной подготовки и многолетней практики.

Рассмотрим некоторые практические вопросы организации взаимодействия взрослого с ребенком, переживающим возрастной кризис. Предметной областью обсуждения станет психология развития, а не психотерапия, поэтому наша задача будет состоять в обнаружении ситуаций, вскрывающих потенциально критические симптомы.

Патологические формы кризисных проявлений поведения выходят за рамки нашего рассмотрения.

В критическом возрасте ребенок из носителя способности, новообразования превращается в субъект этой способности, новообразования. Для родителей и воспитателей эти периоды оказываются трудными, поскольку привычные воспитательные меры не оказывают своего действия, не достигают цели. Ребенок словно бы ускользает от них или даже отвечает неожиданной грубостью¹.

Ситуация выглядит так, как будто люди разговаривали на одном языке и понимали друг друга, но внезапно один из них перестал понимать общий язык, и диалог стал невозможен. Ребенок стал трудновоспитуемым. В самом этом слове есть две составляющие: трудно- и воспитуемость. Грамматическая форма второй части указывает на страдательный залог: «подлежащий воспитанию», слово описывает того, кого воспитывают, т.е. ребенка. Но трудность испытывает воспитатель. А трудно ли самому ребенку? При разговоре на разных языках трудно не только спрашивающему, но и отвечающему: он отвечает, а его не слышат, он просит, а ему не дают и т.п. Ситуация одинаково трудна и для взрослого, и для ребенка. Оба участника диалога испытывают фрустрацию - эмоциональное состояние, возникающее при невозможности достичь цели или удовлетворить потребность. Мы рассмотрим все стороны этой ситуации: причины возникновения трудностей в поведении; цели каждого из участников ситуации взаимодействия; содержание действий участников ситуации и попробуем определить, исходя из этого, цели и способы (средства) коррекции трудностей².

Цели и способы коррекции

Коррекция состоит не в преодолении симптомов кризиса, а в амплификации (усилении) его положительного эффекта, использования периода кризиса для решения задачи развития.

Иными словами, родителям надо научиться видеть в требованиях ребенка более широкий пласт содержаний его запросов, их неоднозначность, многоплановость.

Ребенок на каждом возрастном переходе пытается действовать иначе, чем принято, чем раньше. Его действия пронизаны идеей свободы от внешнего управления. Но подлинное свободное (произвольное) действие всегда совершается относительно многих контекстов, смыслов, значений. Например, голодный человек садится за стол только вместе со всеми, поскольку в семье есть такое правило. Это правило ограничивает свободу всех членов семьи, но в силу определенного уклада стало семейной традицией. Бунт против такого правила возможен, только если не учитываются семейные обычаи. Как правило, в критический период ребенок пытается нарушить не им самим установленные правила. Обнаружение для него, как в приведенном примере, более

¹ Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства) / Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. — СПб.: Издательство «Речь», 2006. — 176 с.

² Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184с.

широкого контекста, касающегося семейной традиции, позволяет продемонстрировать многоуровневую зависимость каждого (внешне свободного) действия.

В сущности, для взрослого критический период развития ребенка оказывается кризисом собственной системы воспитания. Термин «кризис» употреблен неслучайно: изменение поведения ребенка приводит к обнаружению неэффективности старой стратегии воспитания, субъективному переживанию этой ситуации, пробам построения новых поведенческих стратегий и тактик и переходу к новым формам взаимодействия с ребенком. Эта последовательность в целом повторяет структуру возрастного кризиса с одним существенным отличием: если ребенок переживает «активный» кризис, то кризис воспитания взрослого – реактивный. Ребенок «сам» разрушает привычные формы совместности со взрослым, взрослый же «реагирует» на разрушение, вначале делая попытки их сохранить.

Течение критического периода может быть успешным, если в результате происходит разрешение кризиса, т.е. взрослый выходит из него обогащенным новыми, более продуктивными способами взаимодействия с ребенком, понимающим причины возникших трудностей.

Сказанное означает, что возрастное развитие ребенка провоцирует развитие родительской (воспитательной) позиции взрослых. Если взрослый «отказывается» от возможности развития, намеренно или по неведению старается сохранить старые формы взаимодействия с ребенком, это приводит к неблагоприятному в отношениях с ребенком, к собственным эмоциональным проблемам, блокирует развитие ребенка.

Таким образом, действия взрослого так же, как и действия ребенка, меняются в критический период. Именно коррекция поведения взрослого является, как правило, условием, обеспечивающим нормальное течение возрастного кризиса у ребенка³.

Направления и типы коррекционной работы с возрастными кризисами

Для грамотного ведения психологического кризиса у ребенка взрослый должен обладать необходимыми знаниями относительно природы происходящих с ребенком изменений и быть готовым не только действовать, но и анализировать собственные действия. Выбор типа коррекционной работы зависит от трех основных характеристик возрастного кризиса: возраста ребенка; места протекания кризиса (семья, школа); позиции взрослого (родитель, воспитатель, учитель).

Эти характеристики внутренне зависимы: кризисы новорожденного одного года, трех лет, как правило, протекают в семье, соответственно, взрослый, к которому обращен кризис, – родитель.

Кризис семи лет, предпоздковый и подростковый проходят и в школе и дома, ребенок «адресуется» и к родителям, и учителям. Воспитатели детского сада в наименьшей степени встречаются с трудновоспитуемостью детей вследствие критического синдрома, но им часто приходится согласовывать свои действия с родителями, поскольку ребенок много времени проводит вне дома.

Поэтому тип коррекционной работы выбирается в целом в зависимости от возраста ребенка, но место и позиция взрослого определяют особенности коррекции⁴.

Кризис новорожденного. Проходит в домашних условиях. Психологическая составляющая вплетена в существенные физиологические изменения, происходящие с ребенком. Разрешение кризиса знаменуется возникновением улыбки как первой социальной реакции.

К этому приводит активное общение с ребенком с самых первых дней его жизни. Несмотря на то, что ребенок кажется совершенно безразличным к стараниям взрослых

³ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184с.

⁴ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184с.

привлечь его внимание, следует при любой возможности эмоционально общаться с ним, разговаривать, улыбаться. Эти усилия вознаграждаются улыбкой ребенка и, несколько позже, появлением комплекса оживления - двигательных реакций, вокализаций, эмоциональных проявлений в ответ на лицо взрослого.

Кризис одного года. Рост двигательных возможностей приводит к расширению пространства, возникает мотивирующее представление (образ привлекательного предмета или ситуации, находящегося вне поля непосредственного восприятия).

Появляется стремление к недоступным предметам. Условием разрешения кризиса является весьма жесткое разделение взрослым пространства на разрешенное и запрещаемое.

При ярких аффективных вспышках необходимо отвлечение, переход к другим привлекательным предметам, организация первых элементарных занятий с ребенком. Если отвлечь ребенка не удалось, запрет все равно не стоит отменять, иначе могут закрепиться разнообразные поведенческие формы (плач, крик, агрессия и т.д.), провоцирующие родителей предоставить требуемое.

Кризис трех лет. Развитие речи, опережающее развитие представления о себе, приводит к экспериментированию с собственной самостоятельностью, появляется «Я сам!», личное действие, гордость за достижение.

Негативизм в поведении связан с внешне немотивированными требованиями самостоятельности. Часто проявляется в отказе от действия, даже начатого по собственному желанию. Поведение характеризуется действием по собственному произволу (в противоположность произвольному действию).

Родители (а в редких случаях аналогичного поведения в детском саду - воспитатели) четко выделяют ситуации, в которых необходимо твердо и спокойно настоять на запрете, не реагировать на провоцирующее поведение ребенка. Ребенок нуждается в эмоциональном принятии, ласке. Очень полезны для него совместные игры: предложите ему простейшие сюжеты, покажите, как действовать с игрушками. Можно предоставить малышу возможность играть самостоятельно (пусть сначала 1-2 минуты).

В целом кризис трех лет объективно завершается с возникновением у ребенка полноценной игры. Для этого необходим перевод личного действия в игровой план. В течении кризиса выделяются две линии: линия становления личного действия и линия возникновения игры.

Первая линия оформляется в столкновении намерения ребенка и запрета, вторая возникает в совместных со взрослым игровых действиях. Соответственно строится и поведение взрослого. Как правило, протестное поведение адресовано близкому взрослому (родителю), а с начала игры могут возникать и с родителями, и в детском саду.

Кризис семи лет. Поведение характеризуется различными формами негативизма, возникновением самостоятельных занятий и расширением сферы интересов. Трудности в поведении (негативизм) касаются домашней ситуации.

Кризис семи лет первый из критических возрастов, когда возможны вербальные формы помощи ребенку в проживании трудного периода. При негативизме следует спокойно и твердо настаивать на семейных требованиях, объясняя ребенку, почему в семье возникли такие правила и уклад⁵.

Если ребенок стремится к самостоятельным занятиям, ему нужно помочь, предоставить возможности для новых форм деятельности. Можно предлагать ребенку новые формы занятий и предоставить возможность взять на себя какие-то новые обязанности.

Если же ребенок через короткое время «забудет» о том, что взялся за самостоятельное выполнение какого-то поручения, напомните ему об этом, мягко

⁵ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184 с.

подчеркните сложность взрослой позиции, но и выразите надежду на то, что ребенок может с этим справиться.

Расширение сферы интересов ребенка, происходящее в этом возрасте, нуждается в поощрении. Поддерживайте интерес ребенка к широкому миру людей и вещей, давайте ему пищу для развития: водите ребенка в музеи, на экскурсии, не жалейте времени на разговоры об увиденном.

Как и в предшествующие кризисы развития, старайтесь дифференцировать свое поведение в зависимости от требований ребенка. Не отказывайте ему в помощи, эмоционально поддерживайте, но останавливайте негативные проявления, разрушающие семейный уклад.

Такая дифференциация помогает ребенку построить собственное поведение, найти свое место в изменяющихся условиях жизни.

Подростковый возраст. На протяжении подросткового возраста в силу особых социальных условий его проживания может быть несколько периодов, по содержанию приближающихся к возрастному кризису.

В целом их протекание различается у разных детей, на симптоматику критического периода влияют многие обстоятельства: отношения с родителями, социальный статус в коллективе сверстников, академическая успешность, развитость познавательной сферы, сформированность творческих интересов и даже физиологические особенности (время начала пубертата).

Подростковый возраст (даже его стабильная фаза) характеризуется особым интересом взрослеющего человека к себе, к своему внутреннему облику, происходит интенсивное самопознание.

Современный социум не предоставляет ребенку адекватных, социально приемлемых «мест» взросления, что приводит, как правило, к затяжному характеру возрастного кризиса. Симптомы, близкие подростковому, можно обнаружить и у студентов, спустя один-два семестра после поступления в вуз.

На рубеже младшего школьного и среднего школьного возрастов появляются симптомы предподросткового кризиса. Ребенок все больше стремится выглядеть как взрослый, его поведение на виду у окружающих, особенно на виду у сверстников, теряет непосредственность: появляется нарочитая независимость, псевдовзрослость и т.п. В общении с родителями может еще некоторое время сохраняться детско-взрослый тип отношений, но вскоре и в этой сфере происходят нарушения. Ребенок настаивает на новых правах, с разной степенью требовательности адресуясь к разным членам семьи.

Реакция родителей, как и при всяком кризисе, должна сводиться к дифференциации ситуаций взаимодействия с ребенком: при негативизме - твердый отпор и, если позволяют обстоятельства, обсуждение требования, включение его в более широкий контекст - личных, семейных, иногда даже национальных или религиозных ценностей. Осмысленно с подростками вести разговор и о правах родителей, о паритете прав и обязанностей членов семьи и т.д.

Нельзя отказывать подростку в помощи и поддержке, если он в этом нуждается или сам просит об этом. Новые формы поведения требуют от ребенка огромного эмоционального напряжения, поэтому он нуждается в защите и помощи.

Негативное, протестное поведение ни в коем случае не должно быть поводом для отказа в помощи. Взрослый должен приложить все усилия для того, чтобы подросток смог дифференцировать собственное отношение к разным жизненным ситуациям, обнаружить их разный смысл и различную эмоциональную окраску⁶.

⁶ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184 с.

Многие разновидности подросткового девиантного поведения возникают из-за отсутствия адекватных возрасту форм досуга. Стремление к общению со сверстниками приносит пользу при условии, если это общение имеет какое-либо социально приемлемое содержание.

Поэтому в период кризиса положительные результаты могут дать разнообразные формы внешкольных занятий. Ребенок может посещать студии, кружки, секции. Частая смена видов внешкольной деятельности не только не вредна, но и может принести пользу.

Ребенок при этом меняет коллективы сверстников, в зависимости от собственной успешности в разных видах деятельности может занимать различные социальные места в этих коллективах, следовательно, у него появляется новый опыт, новые знания о себе. Чем больше у взрослого человека сфер (мест) общения и продуктивной деятельности, тем благополучнее прогноз разрешения подростковых возрастных кризисов.

Как правило, трудные ситуации возникают у детей подросткового возраста не только с родителями, но и с учителями, протестное поведение обнаруживает себя не только дома, но и в школе. К сожалению, практика показывает, что кризисное поведение становится для учителей таким же испытанием, как и для родителей.

Профессиональная подготовка оказывается недостаточна или малоэффективна в ситуациях общения с подростком.

Ребенок склонен «переходить на личности»: указывать взрослому на мелкие промахи, недочеты в работе, частая тема - необъективность или несправедливость. Эти особенности не случайны, а также весьма характерны для периода особой чувствительности ребенка к тому, как его воспринимают окружающие.

При всей критичности в адрес учителей дети необыкновенно тревожны и озабочены отношением к ним окружающих, и учителей - не в последней степени. Нарочитость поведения свидетельствует о стремлении привлечь к себе внимание, узнать, что о нем думают, и в целом - составить представление о себе через взгляд окружающих.

Принципы ведения диалога с подростком учителя и родителей сходны. Абсолютно неэффективны диалоги в тематике, предлагаемой ребенком. Лучше, если это возможно, перевести спор в иной контекст - более общий, менее однозначный. Как и при негативизме в адрес родителей, осмысленно обсудить взаимные права и обязанности, содержание требований и т.д. В отдельных случаях показана жесткая формализация отношений: четкая регламентация требований и соответствующих оценок.

Подростковый возраст - время становления ответственного действия. Поэтому подростковая школа должна быть организована особым образом, чтобы ответственное действие имело место в школьной жизни.

Это обеспечивается особой - проектной - формой деятельности подростков. Такие разработки существуют уже в практике образования. Их суть сводится к созданию условий для свободного авторского действия на учебном, но привлекательном для подростка материале.

При возможности строить собственное авторское действие, т.е. осуществлять замысел и реализацию проектов, возникают наиболее адекватные условия для превращения исполнительского (результативного) действия в пробующее. Такое превращение обеспечивает полноценное и адекватное задачам возраста развитие в подростковом возрасте.

При таких условиях проба переводится из сферы социальной коммуникации в сферу продуктивной деятельности, общение со взрослым становится партнерским, позиции взрослого и ребенка меняются. Это наиболее прогрессивное направление коррекции трудновоспитуемого подростков, но неприменимое в индивидуальной коррекции⁷.

⁷ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184 с.

Кризисы взрослости имеют отличия от детских возрастных кризисов, главное из них состоит в том, что они преимущественно происходят во внутреннем плане личности. Человек, переживающий кризис, строит пробующие действия по самоосознанию относительно своих собственных позиций и установок, поэтому в поведенческом плане кризис проявляется весьма разнообразно, в частности, заметных изменений в поведении может и не быть.

Хотя близкие люди могут обнаружить повышенную тревожность, критичность относительно собственных внешних и внутренних достижений, неустойчивость поведения, симптомы разочарованности и т.д. В этих случаях показаны различные формы психотерапевтической помощи.

Практическая психология возрастных кризисов является сегодня мало разработанным разделом. Причина такого явления состоит в том, что исходно практическая психология строилась на иных, чем психология возрастных кризисов, методологических основаниях.

Как правило, случаи трудно протекающих возрастных кризисов рассматриваются просто как индивидуально-биографические осложнения без учета возрастной специфики. Это затрудняет процесс терапии, и подчас она не достигает своей цели.

Коррекция трудновоспитуемого ребенка в кризисе проводится, если условия протекания кризиса не обеспечивают решение задач развития.

Весьма часто коррекции требуют родительские (учительские) ответы на вызывающее поведение детей.

Стратегия коррекции заключается в трансформации детского действия в пробующее, а для этого действие переводится в иной контекст. Начиная с возрастного кризиса семи лет, возможна вербализация - обсуждение с ребенком возникающих проблем⁸.

Список используемой литературы:

1. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг общения с ребенком (период раннего детства) / Е.К. Лютова, Г.Б. Моница. — СПб.: Издательство «Речь», 2006. — 176 с.
2. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184 с.

Централизованная
библиотечная
система

⁸ Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / К.Н. Поливанова. - М.: Издательский центр «Академия», 2000. -184 с.