

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ ВЗГЛЯД НА “ТРУДНОГО” ПОДРОСТКА: ВОЗМОЖНОСТЬ И ПРОСТРАНСТВО ДЛЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ИЗМЕНЕНИЙ

ЮЛИЯ КОЧЮНЕНЕ

...От того, как ты описываешь предмет, зависит, как ты его понимаешь; а от понимания зависит, как ты с ним обращаешься.

Р. Лэйнг

Мне довелось в течение двух лет работать в специальной школе для подростков с девиантным поведением Санкт-Петербурга. Этот период был наполнен для меня постоянными размышлениями. Как сделать пребывание мальчишек 10-14 лет в условиях такого рода учебного и воспитательного заведения полезным для них – полезным, прежде всего, с терапевтической точки зрения? Какими принципами было бы целесообразно руководствоваться ради этой задачи? Какими должны быть основные акценты *системного* (в необходимости чего я убеждена) воздействия учреждения? В данной статье содержатся результаты моих поисков и размышлений.

В дальнейшем, говоря о “трудных” подростках, я буду иметь в виду достаточно неоднородную категорию: “не только малолетних правонарушителей и детей с антисоциальной направленностью, но и так называемых проблемных детей, а также и тех, кто страдает различными невротическими симптомами” (Айхорн, 2001). Это объясняется тем, что подростки, с которыми мне приходилось встречаться, достаточно полно описываются этим перечислением. Кроме того, я согласна с утверждением автора, что “строгое определение и четкое разделение этих групп не представляется возможным, так как они имеют тенденцию переходить одна в другую” (*там же*).

Постепенно за время работы в спецшколе у меня копился опыт встреч с подростками и вырисовывалась “картина мира” “трудного” подростка. Большинство из этих детей жизнь воспринимается как бессмысленная, бесцельная, часто хотя и не понятная, но в то же время абсолютно не волнующая, ни капли не удивляющая вещь. Она полна препятствий и преград и ставит перед необходимостью их преодолевать. Итогом и, в каком-то смысле, целью жизни является смерть, которая воспринимается как что-то

очень близкое (“Могу завтра умереть”, “В 20 лет я наверняка уже в могиле буду”), не способное испугать, так как ценность жизни невелика. Жизнь трудна и неувидительна и лишь изредка бывает физически и физиологически приятна.

Почти у всех подростков этой группы отсутствует гармония между их устремлениями и возможностями. Притязания часто слишком велики, придавая их обладателям амбициозность, тщеславие, честолюбие. Либо, наоборот, притязания чрезмерно малы, отмечены печатью ущемленности, ущербности. У всех нет ощущения реальных возможностей (например, в рисунке на эту тему одного из ребят изображена дорога, уходящая в небо). Отсутствует ощущение цели или нет ощущения продвижения к ней, знания о путях ее достижения. Во многих рисунках отражается чувство небезопасности развития. У некоторых есть все возможности для роста и устремление к нему, но не хватает чего-то тонкого, душевной отогретости, которая дает человеку возможность расти.

Меня удивляло, что будущее как категория времени у “трудных” подростков часто отсутствует. Неожиданно объяснение этому феномену нашлось в статье В.Франкла “Групповые психотерапевтические опыты в концентрационном лагере” (Франкл, 2000): “...временная структура пронизывает все человеческое существование, легко представить, что лагерная жизнь может вызвать экзистенциальную утрату этой структуры”. Действительно, в своей практике я нередко наблюдала, как помещение подростка в условия временной неопределенности чрезвычайно быстро разрушало временную структуру его жизни, влияя на состояние ребенка на разных уровнях. На физическом уровне последствия этого проявлялись в частых болезнях, изменении веса; на психологическом – в апатии, депрессии, эмоциональных искажениях; на социальном – в нежелании вступать в контакт, поддерживать отношения; на духовном – в ощущении полной бессмысленности жизни и развития.

Хотя эмоциональная жизнь этих подростков чаще всего бедная, “одноцветная”, зачастую бывает так, что и самое живое в них находится в сфере эмоций. Как правило, они чувственно зажаты, палитра эмоций узкая; эмоциональное самопонимание, рефлексия встречается крайне редко. Жизнь воспринимается в полярностях: хорошо – плохо, добрый – злой, сильный – слабый. В других случаях встречается высокая эмоциональность, чувств много, но они несогласованны и (или) проявление их неуместно.

У “трудных” подростков есть чувствование мира, но нет ощущения своего места в нем. Присутствует ощущение оторванности от семьи. Дом, семья – это что-то нереально далекое и при этом “окрашенное” в идеализированные тона (“мой дом красивый, уютный, удивительный”). Однако,

стремление к душевности, теплу, привязанностям настойчиво ими вытесняется, что служит средством защиты от боли.

Свобода – самое противоречивое устремление трудных подростков. Почти все стремятся к ней, жаждут ее, рвутся к ней, всё круша на своем пути, при этом не понимая, что будут с ней делать, когда ее получат, для чего она им. Отчасти это присуще и подростковому возрасту вообще. Но характерной чертой “трудных” является то, что едва они достигают свободы, у них мгновенно возникает страх свободного проявления, и они делают все, чтобы вернуть ситуацию жесткой регламентированности. Можно сказать, у них ярко проявляется стремление к “свободе от” и отсутствует понимание, зачем, для чего она им нужна. В одной психотерапевтической беседе поворотным моментом была фраза, сказанная мной подростку: “Пробивая головой стену, подумай, что ты будешь делать в соседней камере”. Таким парадоксальным отношением к свободе объясняется приверженность “трудных” подростков “авторитетам”, которые зачастую как раз знают, что надо делать со свободой, для чего она им нужна.

Вся эта “картина” понимания складывалась у меня постепенно. И одновременно я искала ту точку зрения, ту концепцию, с помощью которой можно было бы увидеть и понять не только самый мир подростков, но и пути их терапевтического изменения. Продвигаясь шаг за шагом, я пришла к убеждению, что наиболее бережной (относительно как самого подростка, так и взрослого – помогающего-специалиста), реалистичной (признающей, что степень возможностей для изменений невелика и все-таки не отвергающей ее), эффективной (создающей возможности для терапевтических изменений) является *экзистенциальная парадигма*.

Я не ставлю перед собой задачу описания экзистенциального подхода и его возможностей в психотерапии. Далее я лишь постараюсь обосновать свой вывод о наибольшей целесообразности данного подхода при работе именно с “трудными” подростками. Замечу лишь, что перечисленные ниже особенности экзистенциального подхода предоставляют большие терапевтические возможности при работе и с другими категориями людей.

Общепризнанно, что подростковый возраст – это возраст самых больших неопределенностей. С.Тиктин назвал этот период жизни “временем беспорядка и смятения”, “великой трансформацией” (Ticktin, 1997). Подростка можно описывать посредством длительных перечислений, начинающихся словами “уже не...” и в то же время “еще не...”. В экзистенциальном направлении понятие выбора является одним из ключевых, и, на мой взгляд, определяющей характеристикой подростков является то, что они уже не принимают выборов взрослых и в то же время еще не способны к акту самостоятельного выбора; уже не расположены пользоваться поддержкой

взрослых и в то же время еще не могут опираться только на свои возможности.

Само понятие “экзистенция” в дословном переводе означает “возникновение”, “появление”, “становление”. Это уточнение позволяет думать, что подростковый возраст – самый экзистенциальный период в жизни человека. Поистине бурные экзистенциальные изменения – в этот период у вчерашнего ребенка широко разворачивается эмоциональная, сексуальная, социальная и интеллектуальная жизнь – ограничивают возможности выявления у подростка его сущностных характеристик. В подростковом возрасте более, чем когда-либо, проявляется известная формула Ж.-П.Сартра: “существование предшествует сущности” (Сартр, 1989). Именно жизнь подростка доказывает, что “в человеке нет никаких предзаданных сущностей или “природы человека”, которая бы определяла, что разовьется на ее основе в дальнейшем” (Д.А.Леонтьев, 1997). В подростковый период человека более всего можно описывать как существо постоянно становящееся, постоянно проявляющееся, постоянно возникающее. Именно в жизни подростка особенно наглядно видно, что человек – это существо, активно творящее свое бытие.

Определенную категорию детей и подростков называли “трудными”, потому что их почти в равной степени и трудно понять, и трудно жить с ними рядом. Особенности этих детей вызывают реакцию непонимания, а затем и неприятия со стороны взрослых. Родители “трудных” детей – это родители, которые не взяли на себя труд понимания своего ребенка, и к тому же, действительно, мир этих детей трудно доступен пониманию. Ситуация непонимания и неприятия родителями своих детей постепенно приводит к отчуждению друг от друга. Родители “трудных” считают, что их детей трудно любить именно потому, что *они* таковы, а не потому, что *родителям* трудно любить. Таким образом, ребенок растет среди взрослых, которым с ним трудно, но определяющим в его становлении как “трудного” является то, что при этом они считают, что это он один, целиком и полностью, только он – трудный. Исходя из особенностей человеческой природы, легче передать ответственность, чем ее принять, поэтому вместо суждения “нам трудно их понять” рождается суждение “они трудные”. В каждом конкретном случае феноменологического изучения жизни такого ребенка, а затем подростка можно проследить историю становления его как “трудного”. *Смена отношения к подростку как к “трудному” на отношение, когда “мне трудно его понять”, сама по себе терапевтична.*

Когда речь идет о “трудном” подростке, мы имеем дело с опытом жизни, наполненным отчуждением родителей, всевозможными лишениями, насилием, скукой и бессмысленностью, а нередко и встречами со смертью. Полноценно принять такой опыт, понять мир этих ребят, услышать их как

раз и помогает экзистенциальной взгляд. Существует соблазн руководствоваться социально-исправительным или педагогическим подходом, с помощью которых повышается ощущение безопасности при встрече с исковерканным миром “трудных”, но тогда контакт превращается в субъект-объектный, что в ситуации с “трудными” подростками, которые и так чрезвычайно чувствительны к отчуждению, равнозначно его разрушению. Социально-исправительная, педагогическая, коррекционно-психологическая концепции основываются на стремлении переделать “трудных” подростков. Основываясь на экзистенциальной концепции, *главным становится стремление к пониманию* этих подростков и их мира, все внимание экзистенциальной терапии сосредоточено на понимании процесса конкретной жизни, ее возможностей и ограничений.

Встреча с “трудным” подростком – непростая задача, поскольку у них почти нет опыта глубокого контакта. Чаще всего им чуждо стремление к эмоциональным привязанностям. У них есть опыт одиночества в семье, манипулирования и агрессивности. Взрослый, обращающийся с “трудным” подростком как с объектом, сразу воспринимается им как манипулятор, а в худшем случае – и агрессор. Если же взрослый действует, руководствуясь гуманистическими представлениями о человеческой природе, то очень скоро сам попадает на место объекта, которым успешно манипулируют “трудные” подростки. Лишь помня о том, что *человеческая природа изначально нейтральна, и в каждый момент человек совершает выбор* – либо в сторону добра, либо в сторону зла – можно выдержать Встречу с “трудным” подростком.

Психология, основывающаяся на экзистенциализме, отказалась от типологизаций. Деление подростков на трудных и легких – как одна из типологизаций – опасна приписыванием отдельному конкретному человеку свойств группы и невниманием к тем проявлениям, которые кажутся с этой точки зрения нехарактерными. Подходя к конкретному подростку как к одному из группы трудных, мы упрощаем себе задачу Встречи, но тем самым обедняем и уплощаем эту встречу.

У взрослых, которые в силу своих профессиональных обязанностей встречаются с “трудными” подростками, часто бытует представление о том, что судьба этих подростков задана наследственностью, изменить которую невозможно. Но такой взгляд создает ситуацию полной бессмысленности их профессиональной деятельности. Такое же ощущение тотальной неизменности своей участи существует и у многих подростков. *Экзистенциальное видение семейной наследственности не только как судьбы и неизменной данности, но и как творческой задачи человека,* помогает вынести эту судьбу и ее пережить. Умение взрослого сохранять ощущение, что жизнь этих подростков – не только проблема, но и тайна (Г.Марсель), спа-

сительно не только для взрослого, но и для подростка. Убеждение, что человеческая жизнь – это задача, которая может быть прекращена только с уходом из жизни, помогает “трудному” подростку принять себя сегодняшнего, вынести отчаяние по поводу себя и совершить выбор себя нового.

Экзистенциальное видение помогает взрослому, находящемуся рядом с “трудным” подростком, “удерживать равновесие” между двумя опасными крайностями: жалостливым “гуманизмом” и бездушной коррекцией. Экзистенциальная концепция предполагает, что ситуация “трудного” подростка будет рассматриваться не как проявление отклонения от нормы, т.е. патология, а как уникальная ситуация, в которой он в ограниченном экзистенциальными данностями пространстве совершает свободный личный выбор и несет за него ответственность.

Главным постулатом любого развития является то, что *лишение ребенка границ мешает его развитию* (М.Босс). В ситуации с “трудными” подростками сложностей добавляет то, что они не знают границ, установленных с заботой о них и любовью к ним. Опыт их жизни – это опыт почти безграничной свободы в семье и опыт ограничений без заботы, а зачастую обусловленный и насилием. Трудность в работе с такими подростками заключается в том, что установление границ ассоциируется у них с угрозой их безопасности, с неприятием и агрессией, направленными в их адрес. Человек, устанавливающий границы, неминуемо должен пройти длительный период отвержения, агрессии со стороны подростков, прежде чем в их восприятии, быть может, произойдет разделение границы и угрозы, когда они смогут почувствовать, что определенное, упорное отстаивание границ не является синонимом враждебности по отношению к ним. Это сложно, так как взрослый подвергается разнообразным провокационным выходкам, цель которых – доказать, что он недоброжелателен, враждебен, опасен, а значит, достоин агрессии. В этих условиях встает трудная задача: продолжать последовательно устанавливать границы и быть одновременно заботливым и поддерживающим.

У “обычных” подростков в этот период более или менее одновременно появляется мужество для принятия собственных решений и способность к осознанию ответственности за них. “Трудные” подростки в своей жизни многократно принимают самостоятельные решения, многие из которых сопровождаются риском для жизни, но они не осознают направленности решений на будущее и не готовы, не склонны, избегают принимать ответственность за них и их *авторство*. Избегание личной ответственности связано с негативной оценкой себя и своих действий и защитой от нее. Необходимо укрепить их веру в возможность изменения себя и изменений жизни к лучшему. Подросткам необходимо получить опыт таких измене-

ний, почувствовать, что развиваться можно, лишь изменяясь, что в неудачах тоже есть потенциал развития. Для “трудных” подростков “жизненно важно” “переключиться с рассуждений, что они могут ждать от жизни, к осознанию того, что жизнь ждет чего-то от них, – жизнь в лице некоего человека или незавершенного дела” (Франкл, 2000). Потребительское, паразитическое отношение к жизни, развитое у “трудных” подростков, приводит к ситуации полной бессмысленности и тупика. Требуя от жизни подарков и не получая их, они все больше погружаются в тоскливо-липкое состояние беспросветности.

Важно, чтобы подростки почувствовали вкус творческого, созидательного отношения к жизни и, в первую очередь, к своей собственной. Это открывает перспективу обретения индивидуального смысла и дает надежду на возможность его постоянного сотворения. А поэтому – и на изменение, преобразование жизни.

ЛИТЕРАТУРА

- Айхорн А. *Трудный подросток*. “Апрель Пресс. Эксмо-Пресс”, 2001.
- Леонтьев Д.А. *Что такое экзистенциальная психология?* // В кн.: *Психология с человеческим лицом*. Под ред. Д.А.Леонтьева, В.Т.Щур. М., “Смысл”, 1997.
- Сартр Ж.-П. *Экзистенциализм – это гуманизм*. // В кн.: *Сумерки богов*. М., “Политиздат”, 1989.
- Франкл В. *Воля к смыслу*. “Апрель Пресс. Эксмо-Пресс”, 2000.
- Ticktin S. *Friendship, Therapy, Camaraderie – an Existential Approach to Therapy with Young People* // *Case Studies in Existential Psychotherapy and Counselling* Ed. S. du Plock. NY-L., “John Wiley and Sons”, 1997.