

Диагностика базовых проблем подростков 12-16 лет

Г. П. Логинова,
кандидат психологических наук

В психологической практике часто возникает задача быстрого и точного выявления специфики психологических проблем подростка. Одним из условий успешности психокоррекционной работы является сосредоточение на ограниченном круге наиболее важных для клиента личностных проблем [1]. Как правило, подростки и некоторые категории взрослых часто не способны решить, какая проблема в обширном списке жизненных затруднений является центральной.

Специалисты это делают с помощью проективных методов. Однако такие известные методы, как тест тематической апперцепции, проективный рисунок и другие, дают представление о целом ряде различных, на первый взгляд не связанных между собой проблем клиента [3]. Зачастую остается не ясно, какие из них являются центральными, базовыми, а какие — второстепенными. От психолога требуется глубокая интуиция и способность проводить громоздкие процедуры обработки и интерпретации результатов. Даже для опытного специалиста это затруднительно, а для начинающего — практически непосильно. В связи с этим мы столкнулись с необходимостью ввести в практику психологического обследования диагностический прием, способный определить основную сферу жизненных затруднений клиента (проблему). В своих теоретических позициях мы опираемся на представления Л. С. Выготского о диалогичности сознания и специфике внутренней речи [2]. Мы считаем, что наиболее серьезные затруднения человека порождают особую форму внутреннего диалога, который представляет собой вопрос, оставшийся без ответа. Поэтому можно утверждать, что одним из способов выявления центральных проблем клиента является диагностический прием «три вопроса».

Описание диагностического приема «три вопроса»

Перед испытуемым лежит лист формата А4, сложенный пополам. На каждой стороне сложенного листа он должен написать три вопроса от первого лица. Кому будут адресованы эти вопросы, зависит от диагностической задачи, стоящей перед психологом. Чаще всего эти вопросы предназначаются

- 1) психологу;
- 2) всему человечеству;
- 3) самому себе;
- 4) родителям (три вопроса маме, три вопроса папе);
- 5) брату, сестре, ребенку, близкому другу, одноклассникам, учителю и т. д.

Адресат вопросов становится ясен психологу из контекста диагностической беседы. На четырех листках записываются по три вопроса четырем адресатам. Всего получается 12 вопросов.

Интерпретация результатов

Вопросы, обращенные к психологу

Отношение к процедуре тестирования. Вопросы психологу позволяют выявить скрытое эмоциональное отношение к процедуре тестирования. Это могут быть тревога, агрессия, страхи и т. д. Уникальность данной процедуры заключается в том, что она позволяет выявить не только отношение, но и его источник. Так, например, вопрос психологу «Сколько еще можно задавать вопросов?» показывает не только раздражение испытываемого, но и специфическую причину этого чувства — нежелание раскрываться и субъективное ощущение назойливости психолога.

Потребность в психологической помощи. Вторая категория вопросов психологу выражает потребность в помощи. Примером могут служить следующие вопросы испытуемых: «Как психология помогает человеку?», «Чем занимается психолог?» (вопрос о потребности в разъяснении, информации). Такие вопросы, как «Почему я все время огрызаюсь?», «Почему одни люди счастливы, а другие несчастны?», «Почему меня не понимают?», выявляют проблемы, которые испытываемый, вероятно, готов поднимать в процессе работы.

Как ни странно, но испытуемые (особенно подростки) иногда сами удивляются своим вопросам, у них возникает неожиданное осознание проблем, которые можно решать в процессе работы с психологом.

Вопросы, обращенные к человечеству

Инструкция задать вопросы всему человечеству позволяет узнать, какое из своих переживаний подросток воспринимает как тотальную всеобщую проблему. Эти вопросы выявляют экзистенциальные переживания и проблемы подростка. Здесь проявляются катастрофические ожидания, страх смерти, страх агрессии, страх нового и многие другие страхи. Такие вопросы проясняют не только степень тотальной тревоги ребенка, но и ее специфику. Например, один испытуемый задал такие три вопроса человечеству: «Когда прекратятся войны на Земле?»; «Когда вы одумаетесь, люди?» и «Неужели Земля погибнет?». В целом большинство вопросов исчерпываются пятью темами: 1) экологические катастрофы; 2) войны; 3) гибель всего по неясным причинам; 4) происхождение человека и смысл жизни; 5) эгоцентричность и неадекватность самооценки. Вопросы, в которых звучит мотив гибели по неясным причинам, являются свидетельством наибольшего неблагополучия подростка. Такие вопросы свидетельствуют о наличии неопредмеченной, разлитой тревоги. В основе этой тревоги лежат биологическое неблагополучие, психологические травмы доречевого периода развития и жесткий запрет на осознание источника страха (например, насилие со стороны близких людей) [5].

Некоторые вопросы к человечеству, задаваемые всему человечеству, например: «Зачем мы живем?»; «Куда мы идем?» и т. д., выявляют фрустрированность подростка в поиске смысла жизни. Обычно такой тип вопросов возникает у подростков, которые не смогли включиться в значимую для себя деятельность, способную стать ведущей.

Бывает так, что вопросы, обращенные к человечеству, носят конкретно-ситуативный, эгоцентрический характер. Приведем примеры неадекватных вопросов, адресованных человечеству: «Когда я окончу школу?», «Как уважать учителей?» и т. д. Это может свидетельствовать о несформированности мышления, но также и о недостаточной сформированности жизненной перспективы. Например, подросток окончание школы осознает как последний

временной рубеж (цель жизни) и не может выйти за пределы идентичности ученика. Качественный анализ эгоцентрических вопросов очень хорошо проясняет специфику основных проблем подростка. Например, вопрос подростка «Как уважать учителей?» свидетельствует о том, что конфликты с учителями он переживает как тотальную и всеобщую проблему

Вопросы, обращенные к родителям

Вопросы, задаваемые подростком родителям, показывают психологу, что существуют детско-родительские и семейные проблемы. Из задаваемых вопросов можно выделить три категории:

1) по поводу конкретной проблемы («Мама, когда ты перестанешь ругаться?», «Мама, когда ты поймешь, что я взрослый?»);

2) обращенные к самой сущности родительской любви («Папа, когда ты обратишь на меня внимание?»; «Мама, любишь ли ты меня?»);

3) обращенные к семейным отношениям («Мама, почему ты не любишь папу?», «Папа, почему ты нас не любишь?», «Когда вы перестанете ссориться?»).

Вторая категория вопросов среди подростков встречается удивительно часто. Такие вопросы являются свидетельством конфликта вокруг независимости — страх потерять любовь и одновременно стремление к автономии. Проблема в таких случаях заключается в том, что любовь в сознании подростка ассоциируется с зависимостью. Качественный анализ этих вопросов дает возможность не только выделить специфику межличностных отношений подростка в семье, но и найти связь с другими сферами его жизненных затруднений.

Вопросы самому себе

Задание написать три вопроса самому себе сильно облегчает подростку формулировку конкретного запроса к психологу. Это задание позволяет подростку взять частичную ответственность за свою дальнейшую работу с психологом. Использование методики показало, что подростки часто впервые формулируют задачи самовоспитания и психологической помощи. Большинство вопросов, задаваемых подростками самим себе, соответствуют трем критериям определения психотерапевтической проблемы [1], так как в этих вопросах

- формулировка проблемы включает личное местоимение «Я» и имеет конкретное содержание;
- затрагиваются самые различные аспекты жизни подростка;
- содержатся конкретные указания по поводу действий, направленных на решение проблемы.

Благодаря этому мы имеем основание утверждать, что подросток начинает чувствовать себя активным участником процесса диагностики и решения своих психологических затруднений.

Вопросы самому себе можно разделить на две категории: 1) вопросы, прямо выражающие субъективную проблему подростка («Почему у меня нет воли?», «Почему я не могу сосредоточиться?»); 2) чьи-то чужие вопросы, некритично усвоенные подростком («Почему я такой невоспитанный?»). Благодаря переформулировке вопросы первой категории быстро превращаются в цели дальнейшего личностного роста и психологической коррекции. Например, вопрос самому себе «Почему я такой невнимательный?» дает возможность совместно с подростком строить стратегию дальнейшей коррекционной работы. Так, Саша П. (14 лет) во время проведения диагностики действительно был невнимателен. Вопрос был переформулирован в цель: «Я хочу тренировать свое внимание, для этого я буду выполнять данные мне упражнения». Естественно, что переформулировка должна включать прояснение адекватности представлений подростка о своих проблемах. Так, Коля Б. (13 лет) повторил тот же самый вопрос: «Почему я такой невнимательный?», однако в тесте на внимание показал, что его нельзя считать невнимательным. Психолог спросил ребенка,

кто его считает невнимательным. Выяснилось, что это учительница истории, предмета, который Коля не любит и на котором, естественно, не сосредоточен. Обычно необходимо сопоставление результатов, полученных в данном задании, с остальными вопросами подростка, его поведением во время процедуры и другими методиками.

Неверно сказать, что это задание направлено на самооценку и определение уровня развития самосознания. Специфика данного метода заключается в том, что он конкретно адресует к проблематичным аспектам самосознания. Сначала все вопросы подростков сконцентрированы вокруг проблемы самооценки. Появление вопросов, направленных на самопринятие и самопонимание, со всей очевидностью свидетельствует о прогрессе в личностном развитии подростка и психокоррекционной работе.

Обобщение результатов, выделение основной проблемы

Обобщение результатов начинается с выделения самых оригинальных неформальных вопросов. Содержание этих вопросов сопоставляется со всеми остальными для выяснения повторяющихся или взаимосвязанных между собой тем. Выделенные темы превращаются в предмет дополнительной беседы с подростком, дополнительной диагностики и коррекционной работы.

Приведем пример обработки результатов.

Юля Б. (16 лет) проходит диагностическое обследование в связи с возможностью дальнейшей психокоррекционной работы

При проведении интеллектуальных тестов выявился высокий уровень умственного развития Юли. После этого девочке был предложен проективный рисунок. Девочка создала так называемый «лучезарный рисунок», говорящий о попытке компенсировать снижение настроения. На рисунке были изображены цветы, бабочки, солнышко, вода и т. д. Резкое несоответствие этого рисунка с выражено серьезным поведением во время обследования побудило психолога к поиску дополнительной информации. Эта задача была решена с помощью диагностического приема «Три вопроса». Юля Б. задала такие вопросы:

Вопросы маме:

Почему ты такая хорошая?
Как можно так сильно любить меня?
Как ты думаешь, я тебя люблю?

Вопросы человечеству:

Что ждет человека после смерти?
Зачем мы сами себе создаем много проблем?
Человечество будет жить вечно?

Вопросы психологу:

Насколько сильно отличаются люди по своему мышлению?
Как доказать, что человек не животное?
Как может профессия психолога помочь в жизни самого психолога?

Из приведенного примера видно, что гипотеза психолога о сниженном настроении подтвердилась. В данном случае наиболее яркой группой вопросов оказались вопросы маме. Эти вопросы свидетельствуют о том, что Юля Б. считает себя недостойной любви. Второй проблемой является неспособность понять свои чувства и отношение к матери. Поэтическая форма вопросов позволяет предположить, что свою низкую самооценку и самоуничижительные мысли Юля Б. сильно романтизирует. Все эти выводы были подтверждены в беседе с матерью. По словам матери, между нею и девочкой уже давно существует специфический паттерн отношений: когда мама делает что-либо для дочери, та чувствует себя виноватой.

той и говорит, что мать могла потратить время и деньги на себя. Достигая успехов или замечая любовь и симпатию окружающих, Юля переводит эти факты в негативную самоуничижительную форму. Например, она сомневается в заслуженности положительных школьных отметок, заслуженности подарков и т. д. Из интерпретации становится понятно, что основной точкой приложения усилий в дальнейшей работе являются отношение Юли к самой себе, негативное мировоззрение и отношения с матерью. Важно отметить, что никакого видимого неблагополучия в отношениях матери и дочери нет. Однако депрессивный паттерн детско-родительских отношений может быть первой мишенью коррекции.

В связи с известными трудностями самораскрытия подростков часто надежные опросники и рисуночные методы оказываются неадекватными. Диагностический прием «Три вопроса» ставит подростка в активную позицию и снимает значительную часть проблем самораскрытия. Вторым достоинством этого метода можно считать его диагностико-коррекционный характер, приглашение подростка к сотрудничеству с психологом. Мы предполагаем осуществить большую формализацию методики, прояснить ее прогностическую валидность. На данном этапе диагностический прием «Три вопроса» показал высокую диагностическую пригодность.

Литература

1. Блазер А., Хайм Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия, интегративный подход. М., 1998.
2. Выготский Л. С. Психология. М., 2000.
3. Проективная психология: Пер с англ. М., 2001.
4. Франкл В. Человек в поисках смысла М., 1997.
5. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. М., 1996.