

## **Истории жизни подростков с особенностями развития**

Стало «общим местом» в психологии развития говорить о подростке как о человеке, имеющем повышенный интерес к собственной субъективности. Так, например, по Э. Шпрангеру, в этом возрасте происходит открытие «Я», возникает рефлексия, происходит осознание своей индивидуальности. Э. Эриксон определял подростковый возраст как возраст интеграции эго-идентичности. В культурно-исторической традиции центральным новообразованием подросткового возраста называют возникновение самосознания. Л. И. Божович одним из новообразований этого возраста называла самоопределение.

Конечно же, невозможно «невооруженным глазом» увидеть процесс возникновения самосознания, в прямом наблюдении, в анкетировании, интервьюировании зафиксировать живую реальность развития... Данные наблюдений, беседы, интервью дают «пищу» для дальнейшего анализа, рефлексии. Они и будут представлены в нашем материале.

Л. С. Выготский отмечал, что ключ к психологии подростка – в анализе интересов, в анализе сложной внутренней системы его переживаний.

Приведем записи бесед с подростками и молодыми людьми, сделанные в 2008–2011 году в Москве. Возраст участников бесед 16–23 года. По Эриксону – это и есть подростковый, юношеский возраст. Беседы носили неформальный характер, специальные вопросы не задавались, участники разговора размышляли о своей жизни. При обработке текста была внесена некоторая литературная правка.

Но перед тем как представить материал, отметим, что все подростки учились в одной из московских школ 8-го вида (для обучающихся с нарушениями интеллектуального развития):. В школе велась большая психолого-педагогическая работа с детьми – школьный библиотекарь и хореограф ставили с ними спектакли, учитель физкультуры организовывала участие этих подростков в различных городских соревнованиях, на уроках истории и этики занятия шли по экспериментальным, разработанным в НИИ коррекционной педагогике программам, школьный психолог организовывал туристические походы выходного дня. Подростки были включены в различные интеграционные проекты (совместная социально-значимая деятельность с нормативно-развивающимися подростками). Все это сделало обстановку взросления уникальной, насыщенной содержательным общением и деятельностью. Этим в некоторой степени и объясняются столь необычные размышления молодых людей. То, что сначала было содержанием совместности, стало теперь содержанием самостоятельного взгляда на мир.

Д., 19 лет, выпускник школы

*– Я работаю сейчас в кафе поваром. Сначала я закончил строительное училище и пошел работать на стройку. Но там было холодно и плохо пахло краской. И я решил стать поваром. Пошел в училище и выучился. Работать мне интересно. Иногда у нас проверки, но я хитрю. Когда приходит проверяющий и спрашивает нас про рецепты, ну сколько чего в какие блюда класть, я в этот день иду мыть посуду (мы по-сменно моем посуду, один день – как повар, другой – посуду моем, потом опять – повар) и тогда меня не спрашивают. Я же плохо запоминаю, сколько граммов нужно в еду класть. Ведь главное – чтобы вкусно было... и чтобы людям нравилось. У меня это получается. А про граммы – не могу запомнить.*

*А жена моя готовить не умеет. Представляешь, дома ей всегда мама готовила. Она приходила из школы или института и сразу – в телевизор. А мама все ей приносит. Мы как стали вместе жить, я сразу сказал – нет, так не правильно! Каждый должен уметь себя прокормить. Ну и что, что она умная и в институт ходит! Человек же не этим хороши, а тем, что за себя постоять может. Я сказал, что пока не пожарит сковородку картошки, есть не дам. Она помучилась, но есть-то хочется. Сначала было все сгоревшее и сырое. А потом научилась готовить.*

*Я думаю, что неважно, какую школу человек закончил – обычную, или как я – для тех, кому трудно думать. Главное – что ты в жизни добился, что ты умеешь. Путь у тебя мозгов мало, но ты зато руками делать много можешь... и не обижаешь других, на нее у них не сидишь.*

В этом примере мы бы хотели обратить внимание на то, что Д. отдает себе отчет о своих проблемах, принимает их и сознательно выстраивает пути по их принятию. Юноша, выражаясь словами Л. С. Выготского, сам создает «обходные пути» в своей трудовой деятельности. Второй важный момент – его непринятие некоторых поступков жены и он проявляет в этом отношении свою деятельную позицию.

Н., 21 год, выпускница этой московской школы

*- У меня растут два ребенка. Мальчик трех лет и девочка двух лет. Все на площадке детской меня считают плохой мамой. Потому что я не учу своих детей читать и писать. Но я думаю, что это не самое главное. Они еще маленькие и им не надо читать и писать. Этому они в школе научатся. А я думаю, мне надо с ними играть и баловать их. Я же знаю, что у меня не все как у людей, я училась в необычной школе. Мы там меньше всего учили, чем в других школах. И я думаю, что и мои дети в такую школу пойдут. А чего тут плохого? У нас в школе было хорошо. Мы пели, танцевали, учились профессиям. И нас учили быть хорошими людьми. Читать и писать – важно. Но важнее – не нервничать, жить без стресса. И я не хочу своим детям стресса. Я хочу, чтобы у них было детство. И пусть другие думают, что я плохая мать. Я хорошая, я просто другая. Я не умею примеры сложные решать, но зато стихи пишу. И детям своим всегда рассказываю сказки и разные*

*истории. Если в книжке много слов и мало картинок, я такую им не покупаю. Потому что мне сложно читать. А если есть такая, где картинок много, то сразу покупаю. Тогда мы вместе смотрим картинки. А я еще и читаю чуть-чуть, а что не поняла, придумываю. Я не боюсь, что чего-то не знаю. Я же могу спросить.*

В приведенном фрагменте обратим внимание на то, что молодая женщина осознает свои особенности, относится к ним критично. Но она, как и юноша в предыдущем примере, принимает их и ищет пути их «обхода».

К., 19 лет, выпускник той же школы

*– У меня была девушка. Мы даже думали пожениться. Но потом она вдруг узнала, что я закончил школу для дураков (ну так наша школа называется). И перестала со мной общаться. Сначала я огорчился. Я же ее любил. А потом понял, что и хорошо, что она меня бросила. Потому что если ей важно, какую школу я закончил, то и пусть. Она, между прочим, тоже с ошибками пишет и почти не читает. И говорила, что на тройки в школе училась. А я в своей школе на четверки и пятёрки учился. Я думаю, что не важно, в какой школе ты учился. Важно, что ты в жизни хочешь, что у тебя получается и что тебе добиться хочется. Я хочу создать семью и воспитывать сына и учить его делать разные красивые вещи из дерева. А еще хочу, чтобы мой брат нашел работу и не ходил в плохую компанию. Мне надо самому иметь хорошую работу, чтобы быть для него примером. Вот он закончил нормальную школу и что? Все равно ума мало... Главное, чтобы человек знал, зачем живет...*

Размышления этого юноши связаны с переживанием социальных последствий его особенностей. Близкие люди (которые так и не стали для него близкими) обратили внимание, прежде всего, на внешние проявления, контекст его статуса. Юноша же рефлексивно отнесся к этому.

С., 17 лет, выпускник этой же школы

*– Я училще закончил. Работаю сейчас на стройке. Мне тут нравится, я дома строю. Потом тут люди будут жить. Только мне не очень интересно с другими общаться. Они про выпивку и драки разговаривают, про девочек. А мне так неинтересно. А с другими ребятами мне трудно. Они очень умные вещи говорят, и я не понимаю. А спрашивать страшно. Смеяться будут. И с девочками мне трудно. Потому что те, которые у нас работают – глупые. С ними только курить и пить можно. А говорить – не знаю о чем. А другие сразу спрашивают, какую школу я закончил. И как узнают, что нашу, – так сразу говорят, что я глупый. Но это же неправда! Я просто медленно соображаю. Если мне говорить, что я глупый, так я и буду глупым. Мне интересно общаться с теми, кто не говорит, что я глупый. А просто разговаривает. Я же тоже много чего могу рассказать. И понимаю много. Только грустно бывает одному, когда поговорить не с кем. Но ничего, я найду друзей. Это же сложно и долго... Не с первого раза получается.*

Юноша переживает свое сложное положение – с одной стороны, в ближайшем окружении не может найти партнеров по общению, так как они не разделяют с ним то, что ему важно, а с другой, в желаемом кругу общения его не принимают, так как он, в глазах представителей этого круга, не соответствует их критериям (в данном случае – уровень образования).

Кт., 20 лет, выпускник этой же школы

*– Я закончил вечернюю школу. Ну чтобы у меня не справка из нашей школы была, а настоящий аттестат. И училище закончил. Я слесарь. Поработал чуть-чуть и понял, что мозги киснут. Неинтересно, думать не надо. Я люблю путешествовать, спорт экстремальный. Заработал и купил себе сноуборд. Если на заводе работать, то потом не хватит сил кататься на горке. Устаешь сильно. Современные люди не такие. Я теперь в институте учусь, на гостиничный бизнес. В нашем мире с одним образованием делать нечего. Если не учиться все время, мозги плесневеют. И несовременно это. Развиваться же надо, уметь. Я не всегда понимаю все, слов много. Но я придумал – заучиваю и потом рассказываю, слово в слово. А когда работать начну, буду по ходу дела разбираться. Что-то будет непонятно, опять пойду учиться. Да, мне сложно. Но если не учиться, то совсем будет плохо. А так я развиваюсь.*

Юноша принимает свои особенности, критично относится к своим способностям и ограничениям. Но, как и во многих предыдущих примерах, он выстроил для себя «обходные пути», позволяющие ему справиться с возникающими трудностями.

М., 20 лет, выпускник этой же школы

*– Знаешь, как было сложно в походе? Горы, высоко, снег. Мне было очень трудно. Я иногда думал, что умру прямо тут. Но потом вспоминал, как мне на тренировке говорили: «Иди, Мишка, ты сможешь!». Ну что желать, я и шел. И смог, и дошел! Только трудно было. Я, когда маленький был, вообще много чего не мог. А теперь вот могу!*

Этот фрагмент несколько отличается ото всех, приведенных выше. Но нам он ценен тем, что в нем мы можем увидеть, как юноша создает для себя внутреннюю опору, внутреннего Собеседника, вступая в диалог с которым, он может сделать то, что без такого диалога было бы сделать сложнее.

М., 16 лет, ученица этой же школы

*– Знаешь, в чем смысл жизни? Чтобы семья была, чтобы заботиться. Я вот закончу школу, пойду в училище. Профессия у меня будет. И потом я буду работать. Ведь когда хорошо работаешь, неважно, какую школу ты закончил, да? И в моей семье это тоже будет не важно. Я же готовить умею, убираюсь. И заботиться тоже люблю. Буду своим детям песни петь, кормить их вкусно. Но и думать, как им дальше быть. Буду помогать им, чтобы они не боялись будущего.*

В этом фрагменте мы вновь возвращаемся к переживанию социальных последствий нарушения (особенности). Девушка ищет смысл своей жизни, принимая при этом свою особенность.

Во всех этих фрагментах подростки и молодые люди размышляют о том, что в жизни важно, что в жизни определяющее. Они достаточно рефлексивно относятся к своим особенностям. Точнее даже не к особенностям, а к своему положению, к своему статусу. Не имея возможности (а может быть, и желания) выразить то, что отличает их от других людей, они ищут в себе черты, свойства, позволяющие им быть успешными, принятыми.

Следующая выдержка – из беседы с немецким подростком 13 лет, более трех лет назад заболевшего инсулинозависимым сахарным диабетом.

В основу беседы была положена методика семантического дифференциала Д. Осгуда в модификации А. Перовой.

Подростку было предложено помимо оценивания себя по биполярным шкалам дать расшифровку значений этих шкал. Мы приводим только высказывания мальчика без значений, который он присваивал шкалам, так как нам интересно обсудить именно представления подростка о себе, его переживания.

*Самостоятельный – полная ответственность за свою болезнь. Ответственность принимаете на себя. Самостоятельно добивается того, чтобы преодолеть болезнь.*

*Бедный... не имеет друзей. Богатый... Для меня это ответ на вопрос - богат ли я на идеи для дальнейшей жизни? Ну не деньгами, а внутренне. Здоровый - не телесное только, а здоровы душа и дух (die Seele, der Geist). Душа и дух имеют общее – быть здоровыми.*

*Уважаемый – это особое ощущение. Ощущение окружающих, как окружение ко мне относится (в широком смысле окружение, не только мама и папа). Уважаемый это когда настоящие друзья рядом, если есть проблемы – они готовы помочь.*

*Быть добрым – как я отношусь к близкому кругу (семья, близкие друзья) вокруг себя. А еще это возможность (желание и его реализация) помогать людям, которым не очень сильно симпатизируешь.*

*Умный – ищет, что-либо находит, может помочь другим, ответственно действует и своими делами может помогать. Ну и знает что-либо (из предметов учебной программы). Врожденный ум не всегда хорош и не всегда помогает. Знания можно набрать. Это все наносное.*

*Делать то, что от тебя ожидают или не ожидают. Или что ты вырываешься из привычного круга, цепи. Для меня – например, я хожу на тренировки по футболу, говорю родителям – я пошел, а сам не хожу, один, два, три раза... Потом опять хожу. Потому что сам решил, что мне надо. А не родители за меня решили.*

*Одиноким, – это когда нет человека, с которым можно поговорить о том, что тебя угнетает или делает счастливым. У тебя нет друзей или их мало.*

*Быть особенным – это значит выходить за рамки общества, не уподобляться ему, идти своим путем. Каждый на самом деле со своими особенностями.*

*Э. : А ты?*

*М. : Ответственность за свою болезнь, которую я взял на себя.*

*Э. : А что такое ответственность за болезнь?*

*М. : Это определенный вызов судьбы, и я должен справляться с большим количеством задач, которые встают передо мной каждый день. Это и задача очень важная – не показать остальным, что ты другой, и вести абсолютно здоровый образ жизни.*

*Быть ответственным – не разочаровывать других в себе, в связи с тем, как ты справляешься со своими болезнями.*

*Замкнутый – не говорить друзьям, родителям о своих проблемах.*

*Открытым быть – открытым для нового. Для нового опыта, для новых друзей.*

*Быть равнодушным – это относится не только ко мне самому, то есть я равнодушен к себе. Это вопрос не только для меня, но и какие последствия мое поведение будет иметь для других. Противоположность – особая чувствительность – умение найти правильный путь для себя и для других.*

*Сильный – в сложных ситуациях найти решение и добиться этого в реальности. Когда я узнал, что у меня диабет – я решил доказать, что я смогу быть лучше всех – в школе учиться, заниматься спортом, и я считаю, что я этого добился.*

*Я стараюсь вести себя адекватно, потому что хочу быть как все или лучше. И так должны вести себя все, у кого болезнь. Это скорее непривычно, если человек в моей ситуации опустит руки и скажет: все, моя жизнь кончена.*

*Несчастливый. Хм... Несчастный в данный момент и понимаешь, что следствия ситуации сделают тебя более несчастным. Я был бы несчастен, если бы почувствовал, что стал хуже учиться, тогда я бы я понял, что диабет победил.*

*Счастливый – сделать самое лучшее из своей ситуации, иметь много друзей, не ощущать проблем.*

*И все это изменяется в зависимости от ситуации.*

В этих высказываниях мы хотели бы обратить внимание на несколько моментов. Высказывания носят рациональный характер. Подросток относится к своему состоянию как к внешней, ему не принадлежащей проблеме, которую можно и нужно решать. Болезнь отождествляется с вызовом... в конечном счете – с точкой роста. Вероятно, это можно назвать гиперкомпенсацией.

На примере Макса мы видим, что подросток может самостоятельно выстраивать свое отношение к болезни, переживать ее как причину, повод для развития, ставить на основе ее задачи саморазвития (саморазвитие – это сознательное, намеренное изменение (или столь же сознательное сохранение в неизменности) Я-реального в направлении

Я-идеального). Болезнь присутствует в его внутренней картине мира, но не переживается как тотальность.

Возвращаясь к анализу высказываний молодых людей с интеллектуальной недостаточностью, мы можем сказать так же – эти молодые люди знают о своих трудностях, переживают их, но при этом не воспринимают их как тотальность, как проблему. Скорее, как проблема, переживается отношение к ним окружающих, их неприятие, непонимание, отторжение, следование за названием, за внешним проявлением (обучение в специализированной школе). Окружающие в определенной мере не принимают, игнорируют или отторгают эти особенности.

Для наших собеседников важное переживание – понимание себя и своих особенностей как точки роста возможности изменения, движения. При этом, к сожалению, для реализации не хватает как раз внешних ресурсов. Трудовая деятельность приносит определенное удовлетворение, но ею не ограничивается жизнь молодых людей. Они ищут реализацию в общении со сверстниками. И не находят. Это общение часто бессодержательно.

Какими должны быть поддерживающие, реабилитационные программы для подростков и молодых людей? Нам представляется, прежде всего – включать подростков и молодых людей в реальные социально-значимые помогающие другим людям проекты. В совместной, социально-значимой деятельности создается общее смысловое пространство, в котором возможна самореализация.

*М. А. Саморукова*

### **Можно с вами поговорить? Или о чем переживают юниоры**

Авторитетные спортивные психологи часто повторяют, что психолог, который сам в прошлом не был спортсменом, не сможет работать спортивным психологом: спортсмены ему попросту не будут доверять. Всякий раз, когда я наталкиваюсь на подобные рассуждения, мне вспоминаются другие утверждения, например о том, что психолог, который не имеет своих детей, не может быть хорошим детским психологом, или о том, что оптимальной является ситуация, когда психотерапевт старше клиента. Список можно продолжить, и данные опасения небезосновательны, но опыт показывает, что психолог-профессионал не только знает, что делать, но и умеет преодолевать различные барьеры, которые могут возникать в ходе консультирования, обеспечивая тем самым высокое качество контакта.

Несмотря на то, что я раньше не имела никакого отношения к спорту и работаю в училище олимпийского резерва (УОР) преподавателем