

ВОССТАНОВЛЕНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ ВО ВЗАИМОДЕЙСТВИИ ПОДРОСТКОВ-ТРЕЙСЕРОВ СО ЗНАЧИМЫМИ ДРУГИМИ

Категория «непрерывность» представляет собой совокупность событий, явлений, процессов, неразрывно связанных, следующих друг за другом и тем самым образующих некоторое постоянство всего происходящего в пространстве и времени. Если жизненный путь человека преимущественно составляют привычные, ожидаемые события, то у него возникает чувство безопасности, уверенность в завтрашнем дне, определенность, защищенность. Однако если под влиянием ситуационных факторов или вследствие личностного выбора в жизни часто происходят события, в основе которых лежит риск, неопределенность, непредсказуемость последствий – человек утрачивает способность контролировать происходящее, и, как результат, возникает нарушение или разрыв непрерывности: утрачивается связь с предшествующим опытом, не осознаются возможные перспективы дальнейшего развития личности. Подобная ситуа-

ция может иметь место в жизни подростков-трейсеров (подростков, занимающихся паркуром), для которых рискованные поступки составляют неотъемлемую часть жизни, стиль жизни. В данном контексте актуальной становится проблема восстановления непрерывности во взаимодействии подростков-трейсеров со значимыми другими – со сверстниками, с родителями и педагогами как средство восстановления целостности образа Я и создания условий для всестороннего развития личности.

Израильскими психологами М. Лаад и Э. Хадоми, исходя из принципа непрерывности, был разработан диагностический метод, позволяющий определить функционирующие, нарушенные и разорванные непрерывности у человека, пережившего кризисное событие, а также соответствующая результатам диагностики программа кризисного вмешательства [1]. Перечисленные разработки были положены в основу четырех этапов осуществляемой нами психологической работы с 16 подростками-трейсерами и 19 подростками-спортсменами на базе Республиканского Центра олимпийской подготовки по легкой атлетике.

На первом этапе проводилась отработка трех непрерывностей: исторической (образ самого себя в прошлом, настоящем и будущем), физиологической (образ собственного тела) и эмоциональной (ощущение себя как человека, находящегося в определенном эмоциональном состоянии) [3]. Работа была направлена на восстановление непрерывности во взаимодействии подростков-трейсеров со сверстниками и осуществлялась в группе, объединяющей в себе две самостоятельные подгруппы: 1) подростки-спортсмены, осваивающие рискованные элементы паркура в спортивной секции под руководством тренеров, 2) подростки-трейсеры, самостоятельно обучающиеся мастерству паркура в естественных условиях города. Первоначально была проведена диагностическая деятельность, направленная на изучение представлений подростков о риске, места риска в структуре подростковых ценностей, степени влияния риска на повседневную жизнь подростков, а также преимуществ и недостатков осуществляемых ими рискованных поступков. Затем осуществлялась групповая работа с подростками, включающая: 1) психологическую беседу на тему «Кто Я? Какой Я?»; 2) дискуссию на тему «Мои особенности и преимущества»; 3) личностный тренинг на тему «Самопринятие. Самоуважение. Самоодобрение»; 4) использование арт-терапевтических техник (групповой рисунок «Карта моей личности»).

На втором этапе была проведена отработка двух непрерывностей: функциональной (выполняемые роли, функции) и когнитивной (осмысление закономерностей, логики происходящих событий) [3]. Данный этап предполагал вос-

становление непрерывности взаимодействия подростков-трейсеров с родителями. Первоначально было организовано диагностирование особенностей взаимоотношений подростков с родителями, специфики их представлений друг о друге, а также изучалась структура семей, в которых живут подростки-трейсеры. Затем проводился семинар на тему «Как установить конструктивные отношения с подростками?», после которого осуществлялась групповая работа, включающая: 1) выполнение упражнения «Поставь себя на место другого»; 2) беседу с родителями на тему «Подросток в семье»; 3) дискуссию между родителями и детьми на тему «Грамота общения»; 4) ролевую игру «Я тебя знаю, я тебя понимаю»; 5) тренинг на тему «Техника эффективного общения»; 6) использование арт-терапевтических техник («анонимный список предпочтений»).

Третий этап предполагал работу с непрерывностью убеждений и ценностей (отношение к себе и к жизни) [3]. На данном этапе состоялась проработка непрерывности взаимодействия подростков-трейсеров с педагогами. Поэтому работа проводилась в группе, объединяющей в себе подростков-трейсеров и их педагогов. Была организована групповая работа, посвященная проработке стратегий поведения подростков-трейсеров и педагогов в конфликтных педагогических ситуациях.

Четвертый, заключительный, этап осуществляемой нами работы пока еще в перспективе. Он будет направлен на проработку социальной, межличностной непрерывности (взаимодействие с окружающими людьми) [3]. Предполагается организовать взаимное обучение подростками-спортсменами и подростками-трейсерами друг друга с целью повышения безопасности рискованных поступков и формирования умений дифференциации конструктивного и деструктивного риска. Идея данного этапа работы основана на положении К. Левина о том, что «только в том случае, если будут проведены психологические параллели между образами конкретных людей и стереотипами конкретной социальной группы, опыт индивида с большей вероятностью будет влиять на его стереотипы» [2]. Предполагается провести круглый стол на тему «Пути достижения жизненных целей», а также организовать групповую работу с подростками-спортсменами и подростками-трейсерами, включающую: 1) дискуссию на тему «Как использовать свои сильные стороны?»; 2) разработку и презентацию проектов «Мой жизненный выбор». Работа будет организовываться в небольших по составу группах, где в равном количестве представлены подростки-спортсмены и подростки-трейсеры.

Подводя итог всему вышеизложенному, следует отметить, что, поскольку риск выступает психологической характеристикой подросткового возраста и является одним из приоритетов современного общества, в психологической работе с подростками-трейсерами и подростками-спортсменами, обсуждаемой нами на страницах данной статьи, осуществлена попытка представить конструктивный риск, стимулирующий самопознание, самоутверждение и самореализацию подростков. Предположительно, результатами проводимой нами работы станут следующие достижения: 1) подростки будут лучше дифференцировать конструктивный и деструктивный риск, научатся соотносить степень опасности риска с собственными физическими возможностями и состоянием здоровья; 2) при организации образовательной среды и учебно-тренировочного процесса больше внимания будет уделяться психологическим особенностям подростков, специфике их представлений о риске; 3) увеличится число подростков, посещающих спортивные секции и совершающих рискованные поступки только под руководством профессиональных тренеров.

Библиографический список

1. Маад М., Хадоми Э. Как справиться с кризисом или бедствием (Шаг за шагом): Теория, практика и способы вмешательства. Израиль: Центр предупреждения стресса (CSPC) [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.silkhighway.org/ru/stepGuide.aspx>. Дата доступа: 18.08.2010.

2. Левин К. Разрешение социальных конфликтов. СПб.: Речь, 2000. 407 с.

3. Пергаменщик Л.А., Слепкова В.И. Кризис как разрыв или повреждение цепи непрерывности бытия // Ананьевские чтения – 2008: Психология кризисных и экстремальных ситуаций: междисциплинарный подход: Материалы научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 21 – 23 октября 2008 г. СПб., 2008. С. 26 – 28.