

ДИАЛОГ

психологический и социально-педагогический журнал

Научно-методический журнал

Выходит с января 2013 г.
Периодичность — 1 раз в два месяца

№ 4 (57)
июль —
август
2019



Учредитель и издатель:
республиканское унитарное предприятие
«Издательство “Пачатковая школа”»

Директор, главный редактор издательства
ВАНИНА Ольга Владимировна

Свидетельство о государственной регистрации средства массовой информации № 1572 от 28.09.2012,
выдано Министерством информации Республики Беларусь

Главный редактор журнала
ПЕРГАМЕНЩИК Леонид Абрамович,
доктор психологических наук, профессор

Редакционная коллегия:

Н. А. ЗАЛЫГИНА,
заместитель главного редактора,
кандидат социологических наук, доцент;
Н. Л. ПУЗЫРЕВИЧ,
ответственный редактор, кандидат
психологических наук;

Г. Ф. БЕДУЛИНА, кандидат
социологических наук, доцент;
О. В. ВАНИНА;
С. И. КОПТЕВА, кандидат
психологических наук, доцент;
Т. И. КРАСНОВА, кандидат
психологических наук;
Г. М. КУЧИНСКИЙ, доктор
психологических наук, профессор;
Т. А. ЛОПАТИК, доктор педагогических
наук, профессор;
Л. Г. ЛЫСЮК, доктор психологических
наук, профессор;
О. В. МАТЮХОВА;
А. П. ОРЛОВА, доктор педагогических
наук, профессор;
А. А. ПОЛОННИКОВ, кандидат
психологических наук, доцент;
Ю. Г. ФРОЛОВА, кандидат
психологических наук, доцент

Редакционный совет:

А. И. ЗЕЛЕНКОВ,
председатель, доктор философских
наук, профессор;
А. Л. ВЕНГЕР, доктор психологических
наук, профессор (РФ);
Н. Т. ЕРЧАК, доктор психологических
наук, профессор;
Я. Л. КОЛОМИНСКИЙ, доктор
психологических наук, профессор;
А. С. ЛАПТЁНОК, доктор философских
наук;
П. МЕРИНГОЛО, профессор
департамента психологии (Италия);
Р. С. СИДОРЕНКО, кандидат
педагогических наук;
Е. С. СЛЕПОВИЧ, доктор
психологических наук, профессор;
И. А. ФУРМАНОВ, доктор
психологических наук, профессор;
Е. М. ЧЕРЕПАНОВА, доктор психологии
(США);
В. А. ЯНЧУК, доктор психологических
наук, профессор

ЦЕННОСТЬ ЖИЗНИ у современных подростков с рискованным поведением

Рискованное поведение можно отнести к числу феноменов, в процессе изучения которых возникает больше вопросов, чем ответов на них. Причем эти вопросы ставит перед человеком сама жизнь, которая в последнее время становится все более неопределенной и непредсказуемой. Получается, что от качества ответов на эти вопросы напрямую зависит качество жизнедеятельности человека, его выбор одной из двух альтернатив: 1) «мужество быть вопреки» (П. Тиллих) и «преобладать над самим собой» (М. Мамардашвили) или 2) приспособливаться к имеющимся обстоятельствам. Принимая во внимание тот факт, что свобода осуществления подобного выбора присутствует в равной степени у каждого человека, основная проблема сводится к тому, насколько человек ее реализует. В данном контексте особое место занимает подростковый возраст, так как подростки, рассматривая жизнь как способ приобретения опыта, максимально открыты для экспериментирования, интуитивного поиска абсолютно новых, не имеющих аналогов в предшествующем опыте, поведенческих стратегий посредством рискованного поведения.

Выбор первой из двух альтернатив — «мужество быть вопреки» (П. Тиллих) и «преобладать над самим собой» (М. Мамардашвили) — неустойчив: он требует



**Наталья
Леонидовна
ПУЗЫРЕВИЧ,**
*зав. кафедрой
социальной и семейной
психологии БГПУ
им. Максима Танка,
кандидат
психологических наук*

от личности постоянного подтверждения самооценности, непрерывного самоосуществления и самосовершенствования, причем не только индивидуального, в соответствии с ее сущностью, но и возникающего в открытом диалоге, во взаимодействии с окружающим миром и людьми. Выбор данной альтернативы синонимичен выбору сказать «да» жизни (В. Франкл, А. Лэнгле), который проявляется в признании ценности жизни и полноценном ее проживании. В результате подростки приобретают новый жизненный опыт в условиях рационального поведения или конструктивного рискованного поведения. При выборе второй альтернативы — «приспособление к имеющимся обстоятельствам» — основной акцент в развитии личности смещается в сторону статичности и нормативности, поскольку возможности

Психические состояния человека в кризисных ситуациях и их последствия

проявления ее индивидуальности ограничиваются и ставится под сомнение признание ее самоценности. Подростки находятся в зависимости от усредненных представлений референтной группы о «нормах», «правилах», «ценностях» и, соответственно, не имея возможности осуществлять свой собственный выбор, не чувствуют своей ответственности за его последствия. Выбор данной альтернативы может стать синонимичным выбору сказать «нет» жизни (А. Лэнгле, В. Франкл), что формирует стремление побороть жизнь, противостоять ей или «уйти с ее пути». В результате высокая степень рассогласования между потенциалом подростков и отсутствием у них возможностей для самореализации может привести к самопознанию и познанию окружающего мира посредством неконструктивного рискованного поведения.

Итак, возникает ряд вопросов:

- 1) Не является ли рискованное поведение стратегией поиска подростками причин для жизни?
- 2) Считают ли подростки свое поведение рискованным?
- 3) Что побуждает современных подростков к рискованному поведению и какова для них ценность его осуществления?

Перейдем к поискам ответов на поставленные вопросы с точки зрения философского, социального и психологического аспектов, опираясь на результаты проведенного нами исследования по методике А. Османа и М. Линихэн «Причины для жизни» (подростковая версия в адаптации Н. Л. Пузыревич) и методу подростковых нарративов (M. Bamberg), участниками которого являлись 13-летние подростки.

Философский аспект актуальности рассматриваемой проблемы состоит в необходимости определения рискованного поведения как способа дистанци-

рования современных подростков от повседневной жизни или как стратегии ее полноценного проживания, осуществления выбора в пользу жизни.

Многообразие возможностей повседневной жизни создает больше предпосылок для потребления ресурсов, чем для их создания, что, в свою очередь, приводит к «фальсификации» мышления. Постепенно происходит вытеснение человека и всего человеческого из сферы повседневной жизни, снижается ценность отношений со значимым Другим. Налицо проявление антропологической катастрофы, о которой М. Мардашвили писал еще в 80-е годы. Однако ведущим видом деятельности в подростковом возрасте, согласно Л. И. Божович, является интимно-личностное общение со сверстниками. Посредством чего оно в настоящее время реализуется? Посредством рискованного поведения в том числе. Однако снижение ценности отношений со значимым Другим освобождает пространство несоизмеримо большее, чем то, которое отводится рискованному поведению. Чем оно заполняется? Виртуальным пространством. И, как свидетельствуют результаты нашего исследования, длительными поисками ответа на самый сложный вопрос: «Кто я?».

По результатам российских исследований 2016 года среди характеристик современных подростков как представителей поколения «Z» отмечаются:

- направленность на получение удовольствия от собственной жизни;
- простота и скорость достижения поставленной цели;
- уверенность в собственной исключительности;
- разнообразие жизни;
- предпочтение деятельности «по желанию»;

- получение похвалы и признания;
- ценность каждого мгновения и любовь к себе.

Главное время — настоящее, главный запрос от жизни — быть счастливым. Трудности и препятствия рассматриваются как показатель того, что жизненный путь выбран неверно, поскольку счастливым можно стать только тогда, когда правильно выбрал свой путь. И здесь возникает противоречие: знаем, что жизнь — это трудности, страдания, но ждем только счастья. В таком случае, живем ли подлинной жизнью? Ведь переживание ценности счастья происходит при проживании несчастья.

Получается, что реализация принципа М. Мамардашвили «чтобы быть — надо превосходить» подвергается подростками сомнению? Возникает вопрос: получается ли у них быть? Или их бытие наделено каким-то особым содержанием? Как свидетельствуют результаты проведенного нами исследования, у преимущественного большинства подростков 13 лет недостаточно выражена базовая ценность жизни. Жизнь рассматривается в контексте интереса, увлечения и т. д., утрата которого ставит под сомнение целесообразность жизни как данности. Следовательно, с точки зрения подростков, суицидальное поведение может рассматриваться как способ решения проблем, значимость которых в их восприятии приравнивается к значимости жизни. «Не чувствовать», «не думать», «не совершать поступков», «выйти за пределы напряженной ситуации» — это взгляд на следствие суицидального поведения с точки зрения проблемы, а не человека, который осознает перспективу и понимает, что принимать спокойствие, испытывать удовольствие от исчезновения проблемы будет некому, поскольку выбор сказать «нет» жизни будет иметь необратимые последствия. Однако совершению суици-

дального поступка всегда предшествует «крик о помощи» — вопросы и реплики по поводу смысла жизни и ее ценности. Возможно, это попытка установления контакта с Другим для того, чтобы кто-то со стороны подсказал, зачем жить. Не является ли это свидетельством стремления к единению со значимым Другим в трудной жизненной ситуации для формирования «мы» с целью совместного ее преодоления? Если это так, то получается, что не только подростки, но и взрослые под влиянием социокультурных преобразований обесценивают значимость, серьезность переживаний Другого, раз не способны своевременно услышать «крик о помощи».

Социальный аспект актуальности состоит в рассмотрении проблемы возникновения у современных подростков с рискованным поведением трудностей во взаимоотношениях с родителями, педагогами, а впоследствии и с обществом в целом. В результате у них может отсутствовать готовность к выполнению социально значимых ролей, что нередко приводит к разрыву функциональной непрерывности во взаимодействии с окружающим миром и людьми. Происходит снижение целостности, интеграции общества, что не позволяет обеспечить преемственность его ценностей и традиций. Современные подростки переживают чувство одиночества, отсутствия защищенности, ощущение безнадежности, следствием которых может стать суицидальное поведение как способ самоутверждения вопреки общественным нормам и приоритетам.

Возникает вопрос: можно ли считать целенаправленным самоутверждение современных подростков вопреки общественным нормам и приоритетам? Так, в последние десятилетия наблюдается динамика авторитетов в жизни современного человека: авторитет рассматривается как источник владения преимущественным объемом и содер-

Психические состояния человека в кризисных ситуациях и их последствия



жанием информации. Если человек не воспринимается как авторитет («иерархический верх»), то и мотивации учиться у него нет. Не этим ли обусловлен современный «конфликт поколений»?

Во взаимодействии мы слышим слова и вкладываем в них значения, воспринимаем окружающих людей с позиции нашего жизненного опыта — по сути, реконструируем Другого, взаимодействуем с образом человека, запечатленным в нашем сознании. Не случайно при анализе жизненных историй по методу подростковых нарративов нами было установлено, что содержание рассказа о себе во многом определяется тем, кто является собеседником. Получается, что немаловажную роль играет ситуация, которая может нивелировать диспозиционные характеристики личности. Почему это не может произойти с подростком, который становится свидетелем модернизации отношения к риску как к источнику современной жизни? В данном контексте собственное рискованное поведение рассматривается подростками как соответствующее запросам времени, как стратегия снятия уникальности переживаний, мыслей и поступков по поводу ключевых аспектов жизни — «я не один такой, мы все та-

кие», как способ осмысления и проживания жизни, как способ проверки границ собственных возможностей в области готовности к ответам на вопросы жизни.

Получается, что рискованное поведение — это стратегия проживания повседневной жизни, попытка объединения жизни реальной и виртуальной. Принимая во внимание то, что, согласно фактам, установленным английским ученым Ариком Симаном, общение лицом к лицу в 80—90-е годы происходило 6—7 часов в сутки, а в настоящее время — меньше 2 часов в сутки (феномен «цифровой аутизм»), возможно, рискованное поведение современных подростков — это способ установления и поддержания контакта со сверстниками и привлечения внимания со стороны значимых Других к собственным переживаниям. Ведь, по аналогии, когда мама 5—6-летнего ребенка плачет, ребенок стремится ее успокоить не потому что обеспокоен ее переживаниями, а потому что пытается обратить ее внимание на себя, поскольку не уверен в ее способности защитить его, чувствует себя в опасности. В данном контексте не получается ли так, что подросток, вырабатывая модель совладания с трудными жизненными ситуациями в виртуальном

пространстве, пробует проверить ее на жизнеспособность в ситуациях повседневной жизни и, сталкиваясь с невозможностью ее реализации, возвращается в более «комфортную», «привычную» виртуальную среду или пробует установить контроль над своими переживаниями в сфере рискованных увлечений?

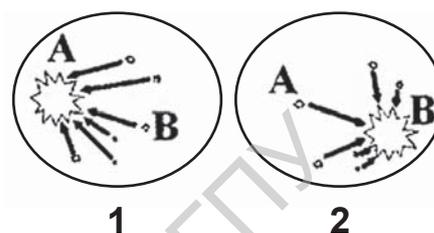
Технологии снижают ценность планирования, «отнимают» способность (необходимость) осмысления происходящего в жизни посредством избыточного предоставления информации. В таких условиях воплотить в жизнь установленные нейрофизиологами 23 минуты 15 секунд — время, необходимое для непрерывного погружения в деятельность с целью обеспечения ее осмысленности и продуктивности, — не представляется возможным. Если принять во внимание, что в стремительные 2000-е годы подростки начали жить априори без возможности следовать данному принципу, вопрос об актуальности осмысленного проживания жизни и выстраивания временной перспективы в реальной жизни становится в отношении поколения «Z» ключевым.

Психологический аспект актуальности проблемы обусловлен тем, что в отечественных и зарубежных исследованиях рискованное поведение рассматривается преимущественно в контексте проблем саморазрушения, опасности для жизни и здоровья, многочисленных травм и преждевременной смерти в подростковом возрасте. Малоизученным остается рискованное поведение как способ адаптации к миру, как средство самопознания и самореализации подростков.

Согласно современным нейрофизиологическим исследованиям при рождении ребенка число нейронов в его мозге существенно превышает их число в мозге взрослого. В зависимости от того, какие из них будут активированы внешней средой, такие нейроны сохранятся, образуются нейронные связи, которые будут обеспечивать процесс

жизнедеятельности человека. Получается, что в окружающей действительности есть предпосылки для становления рискованной активности современных подростков?

Рассмотрим механизм возникновения рискованного поведения современных подростков.



Итак, подросток оказался в ситуации, которая вызывает у него напряжение, тревогу. В одном из участков головного мозга возникает очаг этого напряжения, тревоги («доминанта», обозначен буквой А на рисунке 1). В результате все силы и вся активность направлены на снижение напряжения, тревоги — на решение возникшей проблемы (все стрелки на рисунке 1 направлены в сторону буквы А). Подросток сосредоточен только на этом, только об этом постоянно думает. Рискованное поведение (обозначено буквой В на рисунке 2) — это способ переориентации с напряжения, тревоги на необычные ощущения и переживания «на грани», следствием которых может стать динамика представлений о собственных возможностях, привлечение внимания значимых Других. Как только подросток начинает испытывать приятные ощущения, в головном мозге появляется новый источник (обозначен буквой В на рисунке 2), на который переориентируется все его внимание (все стрелки на рисунке 2 направлены в сторону буквы В). В результате подросток перестает думать о неприятной ситуации, которая вызвала у него напряжение, тревогу. Ему кажется, что он «избавился» от проблемы. Пере-

Психические состояния человека в кризисных ситуациях и их последствия

ключение с тревожащих переживаний на новые ощущения становится для него способом преодоления напряжения, тревоги. Рискованное поведение он начинает неосознанно воспринимать в качестве эффективного метода борьбы с напряжением и тревогой.

Таким образом, рискованное поведение становится для подростка положительным подкреплением, способом получения удовольствия. На уровне мозга фиксируются те рискованные действия, которые не привели к негативным последствиям, а потому они воспринимаются как безопасное поведение. Любое новое действие, пусть даже полезное, понимается как новое, а потому вызывает тревогу. Получается, что подростку трудно отказаться от рискованного поведения, поскольку любые изменения, полезные или вредные, «ломают» привычный уклад его жизни.

Аналогичный алгоритм наблюдается и в ситуации агрессивного поведения. Не случайно психологическая помощь в ситуации школьного насилия (буллинга, кибербуллинга) направлена не только на агрессора, но и на жертву и свидетелей, так как каждый из них является участником данной ситуации, занимает чем-то выгодную для него позицию. Малоэффективно пытаться напрямую скорректировать агрессивное поведение. Важно понять, какая ситуация впервые спровоцировала поведение агрессора, жертвы и каким ресурсом данное поведение для них обладает. Так, например, агрессия может являться способом защиты собственных интересов, собственной позиции, статуса подростка от кажущегося посягательства на них со стороны сверстника (сверстников) (по результатам реконструкции поведения, убеждений и эмоций Другого), как претензия по поводу несоответствия Другого его ожиданиям. И чем меньше открыто высказывается претензий относительно ситуаций, в которых они возникают, тем большее напряжение

накапливается и впоследствии находит выход в виде агрессивных действий в самой безобидной ситуации.

Таким образом, для понимания причин для жизни у подростков с рискованным поведением необходимо через специфику искомого феномена выявить потенциал респондентов, который помогает им, совершая рискованные поступки, «преобладать над собой», отказываясь от приспособления к имеющимся обстоятельствам. Развивая и совершенствуя готовность подростков к конструктивному риску, можно развивать и совершенствовать у них жизненно важную характеристику — «мужество быть вопреки», обеспечивающую личностный рост и стабильность в любых жизненных ситуациях. Эффективность психологической помощи в ситуациях неконструктивного рискованного поведения определяется своевременностью ее оказания. Превентивные мероприятия должны быть ориентированы не только на подростка, но и на его ближайшее окружение («помощь помогающим»). Это позволит восстановить непрерывность во взаимоотношениях современных подростков с миром и со значимыми Другими, поможет им найти дополнительные причины для жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Лэнгле, А. Введение в экзистенциально-аналитическую теорию эмоций: прикосновение к ценности / А. Лэнгле // Вопросы психологии. — 2004. — № 4. — С. 3—21.
2. Мамардашвили, М. Как я понимаю философию / М. Мамардашвили. — М.: Прогресс-Культура, 1992. — 408 с.
3. Тиллих, П. Мужество быть / П. Тиллих // Избранное. — М.: Юрист, 1995. — С. 7—131.
4. Франкл, В. Человек в поисках смысла: сборник; пер. с англ. и нем. / В. Франкл. — М.: Прогресс, 1990. — 294 с.
5. Bamberg, M. The acquisition of narratives: learning to use language / M. Bamberg. — Berlin — New York: Mouton de Gruyter, 1987.
6. Bruner, J. Life as Narrative / J. Bruner // Social Research. — 1987. — № 54 (1). — P. 11—32.