

# Некоторые аспекты изучения поведения подростков и молодежи в кризисных ситуациях<sup>1</sup>

Н. В. Калинина,  
кандидат психологических наук;  
М. И. Лукьянова,  
кандидат педагогических наук

В рамках теоретического и экспериментального исследования [1] научно-исследовательская лаборатория психолого-педагогической и социологической диагностики Ульяновского ИПК ПРО обратилась к изучению поведения подростков и молодежи в жизненных ситуациях, воспринимаемых ими как кризисные.

К исследованию были привлечены 99 учащихся общеобразовательных школ в возрасте 11—17 лет, 80 учащихся вечерних школ, 28 учащихся профтехучилищ в возрасте 15—17 лет.

Анализ методологических, теоретических и прикладных работ отечественных и зарубежных авторов по проблемам поведения человека в трудных жизненных ситуациях и особенностям развития личности подростка [2; 3; 4; 5; 9; 10; 11] позволил определить кризисную ситуацию как один из случаев трудной жизненной ситуации, характеризующейся возникновением перед индивидом проблемы, от которой нельзя уйти или разрешить которую в короткое время и привычным способом он не может, проблемы, серьезно затрудняющей или делающей невозможной реализацию жизненного замысла.

Было установлено, что трудной для подростков и молодежи может стать любая жизненная ситуация, связанная с блокировкой базовых потребностей возраста: в самоутверждении (в признании взрослыми и сверстниками), в независимости, в самореализации, социальной компетентности и в самоопределении в настоящем и будущем. При этом кризисные ситуации оказались связанными с ущемлением различных аспектов «я».

Содержательная типология ситуаций, воспринимаемых подростками и молодежью как кризисные, выглядит следующим образом (см. табл. 1).

Для младших подростков кризисными являются ситуации, затрагивающие сферу их отношений со взрослыми, в основном с педагогами. Учащиеся воспринимают как кризис невозможность противостоять неуважению к ним со стороны педагогов, зависимость от оценок учителей.

Старшие подростки переживают кризис, если блокируется их потребность в автономии (зависимость в отношениях с родителями) и идентичности (ситуации разочарования в себе,

---

<sup>1</sup> Работа выполнена при поддержке Российского гуманитарного научного фонда гранд № 99-06-00135.

своих возможностях и силах). В этом возрасте школьники страдают от хронических супружеских конфликтов в родительской семье и, не чувствуя возможности как-то разрешить ситуацию, также считают их кризисными. Значимое место в этом возрасте начинают занимать и ситуации непризнания сверстниками, невозможность занять желаемое положение в группе. Эти трудности большинство подростков связывают с собственной несостоятельностью.

Таблица 1

## Содержание кризисных ситуаций

Содержание ситуаций	Число испытуемых, воспринимающих ситуацию как кризисную (%)		
	11 — 12 лет	13 — 14 лет	15 — 17 лет
Неуважение со стороны педагогов	52 %	18 %	5 %
Непонимание родителями	8 %	30 %	20 %
Супружеские конфликты в родительской семье	—	14 %	10 %
Непризнание сверстниками	38 %	22 %	25 %
Разочарование в себе, своих возможностях и силах	2 %	14 %	5 %
Смыслжизненные проблемы, кризис в обществе	—	2 %	25 %
Страх перед будущим	—	—	10 %

У юношей и девушек (учащихся старших классов) акцент в восприятии кризисных ситуаций сдвигается в сторону неустроенности социальных отношений и смысложизненных проблем. Как кризис они переживают собственное одиночество, отсутствие возможности устроиться куда-либо работать в будущем. Остаются актуальными для юношей ситуации самоутверждения среди сверстников и непонимания родителями. У студентов кризисы чаще всего связаны со смысложизненными проблемами, в частности с разочарованием в выборе профессии.

Таким образом, в конкретном восприятии содержания кризисных ситуаций наблюдается ярко выраженная возрастная специфика, которая должна быть учтена при организации развивающей и коррекционной работы с подростками, старшеклассниками и студентами.

На основе субъективных оценок испытуемыми собственного поведения в кризисных ситуациях были выявлены варианты поведения, которые можно отнести к двум его основным стратегиям — конструктивной, позволяющей справиться с ситуацией, и неконструктивной, не решающей саму ситуацию, а лишь ослабляющей остроту переживания. К неконструктивной стратегии относятся такие поведенческие реакции, как уход от ситуации, агрессивное поведение, требование изменений от окружающих, признание ситуации тупиковой. Конструктивные способы предполагают активное сопротивление обстоятельствам, принятие ответственности на себя, обращение за помощью к специалистам, компетентным взрослым и сверстникам.

Анализ результатов самооценки поведения подростками обращает наше внимание на следующие показатели.

Младшие подростки (11 лет) обнаружили большую настойчивость и упорство в стремлении разрешить кризисные ситуации (67 % детей выбрали конструктивные способы преодоления трудных ситуаций). Это, по-видимому, связано с изменениями, происходящими в

личности детей в возрасте 12 лет. В это время возрастает мотивирующая функция самооценки, и в основе этих изменений лежит формирование стабильного «я», что актуализирует у младших подростков потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми.

Наиболее типичными случаями реагирования на кризисные ситуации у подростков 13-летнего возраста были негативные эмоции — страх, стыд, обида, гнев, слезы, а также защитные и агрессивные реакции (56 % детей). По данным исследования, у учащихся VII класса самый низкий уровень самопрезентации (особенно низок он в группе мальчиков). Таким образом, когнитивная сторона самосознания во многом зависит от эмоциональной, и даже относительно нейтральные ситуации воспринимаются подростками как содержащие угрозу самооценке, представлению о себе и приводят к переживанию сильного волнения, тревоги, страха.

Подростки, которым исполнилось 15 лет, в большинстве случаев выделили конструктивные способы преодоления кризисных жизненных ситуаций (56 %). Это можно объяснить тем, что, с одной стороны, в этом возрасте подростки отличаются меньшей импульсивностью, большей эмоциональной устойчивостью, дифференцированностью эмоциональных реакций и способов их выражения, повышением самоконтроля и саморегуляции эмоций, а с другой — уровень значимости препятствия определяется у них не только оценкой своих возможностей по его преодолению (а у подростков эта оценка в связи с отсутствием достаточного личного опыта может быть неадекватно завышена), но и интенсивностью самой потребности преодоления.

Юноши и девушки 17 лет в основном выбирают неконструктивные способы (63 %). При этом 36 % из них считают, что ничего нельзя изменить, что они не могут повлиять на ситуацию, а 15 % уповают на то, что изменятся окружающие.

Таким образом, больше половины, а именно 56 % подростков, оценивают свое поведение в кризисных жизненных ситуациях как конструктивное. У другой части подростков (44 %) предпочитаемыми в основном являются пассивно-зависимые, а в некотором случае — агрессивные варианты реагирования, что указывает на недостаточный опыт уверенного, конструктивного поведения.

На основе опроса получены данные о связи выбора 80 юношами — учащимися вечерних школ — стратегии поведения в кризисной ситуации с их отношением к наркотикам. Во-первых, было выявлено, что 25 % юношей пробуют наркотические вещества из-за невозможности пережить кризисные ситуации. При этом 40 % данной группы юношей продолжают принимать наркотики, в то время как 90 % юношей, попробовавших наркотик из любопытства, в настоящее время его не употребляют. Во-вторых, сравнение результатов выбора стратегии антикризисного поведения учащимися с различными мотивами употребления наркотиков позволило определить существенные различия (см. табл. 2).

Таблица 2

Стратегии поведения	Частота встречаемости (%)		
	В группе с мотивом «любопытство»	В группе с антикризисным мотивом	t
Конструктивная	68	12	*
Неконструктивная	32	88	*

\* t — значение коэффициента Стьюдента значимо на 5 %-ном уровне.

Из табл. 2 видно, что испытуемые, демонстрирующие незнание конструктивных способов разрешения трудной ситуации, чаще воспринимают наркотик как спасение, у них же,

как было отмечено выше, употребление наркотика чаще становится продолжительным, и они же не осознают своей наркотической зависимости, а указывают на то, что наркотик им нравится.

Изучение поведения испытуемых в трудных жизненных ситуациях было также проведено на основе использования стандартизированной процедуры — теста рисуночной фрустрации С. Розенцвейга. Полученные данные по трем возрастным выборкам (младшие подростки, средние и старшие) и анализ профилей поведенческих реакций подростков в ситуациях фрустрации показали следующее:

1. Во всех трех группах доминирует экстрапунитивная (Е) реакция: в группе пятиклассников — 37 %, в группе семиклассников — 45 %, в группе девятиклассников — 50 %. При этом наблюдается тенденция роста к концу подросткового возраста. Подростки обвиняют в случившемся окружающих или выделяют внешние причины фрустрации, склонны придавать препятствию большую значимость, чем оно заслуживает.

Для 11-летних подростков это становится, по-видимому, проявлением возрастной особенности, связанной как с недостаточным развитием произвольной реакции поведения, так и с ограниченностью личного опыта.

Можно предположить, что высокие показатели Е-реакции у подростков 13 и 15 лет в значительной степени зависят от предшествующего негативного опыта и низкой оценки собственной способности преодолевать препятствия.

Анализ результатов по типу реакций позволил обнаружить различия между тремя группами детей.

В группе пятиклассников преобладает защитный тип реакций (ED), т. е. главной потребностью во фрустрирующей ситуации является стремление к защите своего «я».

В группе семиклассников наиболее типичен необходимо-упорствующий тип реакции (NP), т. е. главным во фрустрирующей ситуации является поиск выхода из сложившегося положения.

В группе девятиклассников преобладает препятственно-доминантный тип реагирования (OD), т. е. подростки целиком сосредоточиваются на препятствии, вызвавшем фрустрацию, и всячески его подчеркивают.

2. Поведение испытуемых анализировалось нами с точки зрения его конструктивности.

Средние показатели конструктивности и неконструктивности поведения приведены в табл. 3.

Таблица 3

Способы поведения	Средние показатели по возрастным группам		
	V класс (11 лет)	VII класс (13 лет)	IX класс (15 лет)
Конструктивные реакции			
NP — E	0,7	2	4,2
NP — I	1,4	3,6	0,9
NP — M	4,9	4,9	2,3
Общий балл по конструктивным реакциям	2,3	3,5	2,5
Неконструктивные реакции			
OD — E	4,9	5,3	6,9
ED — E	3,2	3,6	4,2
Общий балл по неконструктивным реакциям	4	4,6	5,6

Из табл. 3 мы видим, что наиболее конструктивное поведение демонстрирует группа семиклассников. Можно предположить, что деятельность по достижению цели в этом воз-

расте в значительной степени опосредуется стремлением к самоутверждению или утверждению в глазах окружающих вопреки любым обстоятельствам (даже очевидным неудачам). Видимо, именно такой вариант поведения возможен при актуальной потребности в самоутверждении.

Средний показатель неконструктивного поведения в группе пятиклассников — 4 балла, в группе семиклассников — 4,6 балла, в группе девятиклассников — 5,6 балла. Данные свидетельствуют о том, что к концу подросткового возраста вопреки ожиданиям наблюдается тенденция роста неконструктивных способов преодоления трудностей, потеря достижений 13-летнего возраста.

Реакции ED — E и OE — E указывают на то, что старшие подростки уже не ставят перед собой задачи предпринять что-либо действенное для преодоления возникшего препятствия, отдают себя во власть негативных переживаний, ищут способы защиты «я».

Сопоставляя общие данные по конструктивному и неконструктивному поведению, обнаруживаем, что в целом в подростковом возрасте преобладают неконструктивные способы поведения в трудных ситуациях (конструктивные способы — 8,3 балла, неконструктивные — 14,2 балла).

3. При сравнении объективных показателей устойчивости к фрустрации с данными самооценки поведения подростков в трудных ситуациях были обнаружены интересные факты:

- при самооценке поведения в трудных ситуациях младшие подростки (11 лет) указали на конструктивные способы поведения, тогда как по результатам объективного исследования большинство пятиклассников выбрали защитные реакции, и здесь речь идет не о поиске выхода и даже не о переживании фрустрации, а в первую очередь о сосредоточенности на защите своего «я»;

- 13-летние подростки демонстрировали неконструктивные способы реагирования, а именно негативные эмоции и защитные реакции, а по данным объективного исследования результаты были более благоприятными и указывали на адекватное эмоциональное реагирование;

- подростки, которым исполнилось 15 лет, при самооценке в большинстве случаев выделили конструктивные способы преодоления трудных жизненных ситуаций, а в результате объективного исследования типичным был препятственно-доминантный тип реакции в сочетании с экстрапунитивной направленностью. Это может рассматриваться как свидетельство низкой фрустрационной толерантности, склонности к переживаниям, связанным с препятствием или обвинением, а не к поиску выхода из фрустрирующей ситуации.

Сопоставляя полученные данные, можно заметить противоречивость результатов. По словам самих подростков, в трудных ситуациях они используют конструктивные способы поведения, а в результате исследования обнаружились неконструктивные способы реагирования. Это можно объяснить тем, что в процессе беседы подростки, особенно младшие, могли давать социально одобряемые ответы. Дети, субъективно оценивая свои способы поведения как конструктивные, сталкиваясь с препятствием, демонстрируют агрессию или защитное поведение, стремление занять доминирующую позицию или отказ от достижения цели.

Полученные данные указывают на необходимость организации специальной развивающей работы с подростками по формированию их антикризисного поведения. Выстраивание конструктивной стратегии поведения, по нашему мнению, должно базироваться на четком представлении о ее предметном содержании. В связи с этим именно конструктивное поведение подростков и юношей было изучено более детально.

Удалось обнаружить различия в выборе поведенческих реакций внутри конструктивной группы. Эти различия связаны, прежде всего, с полом. Сравнительные данные выражено-

сти различных видов реакций у юношей и девушек конструктивной группы в средних показателях представлены в табл. 4.

Таблица 4

**Средние показатели различных видов реакций у юношей и девушек конструктивной группы**

Вид реакции	Юноши	Девушки
E'	0,4	1,0
E	4,1	3,4
e	2,2	2,8
E	6,7	7,2
J'	0,6	0,3
J	3,4	5,5
i	5,0	2,2
J	9,0	8,0
M'	2,9	1,7
M	0,8	1,5
m	4,6	5,4
M	8,3	8,6
O – D	3,9	3,0
– D	8,3	10,4
N – P	11,8	10,4

Обратим внимание на то, что у юношей среди конструктивных реакций преобладает стремление к самостоятельному разрешению ситуации (i). Это значит, что юноши в сложной ситуации не теряются, а пытаются самостоятельно найти разумный выход, уверены в себе и более независимы, могут взять на себя ответственность за принятое решение. В обеих группах ярко выражена надежда на автоматическое разрешение ситуации, что свидетельствует о стремлении к взаимопониманию, взаимоуступчивости, о надежде на чью-то помощь и об уверенности, что в будущем такие ситуации не повторятся.

У девушек наряду с надеждой на разрешение ситуации в большей степени, чем у юношей, выражено признание своей вины. Девушки видят возможность добиться расположения партнера по общению путем принятия вины. Извинившись, они надеются получить прощение и тем самым восстановить душевное равновесие. В то же время девушки в большей степени, чем юноши, фиксированы на самозащите.

Таким образом, можно выделить варианты конструктивного поведения юношей и девушек. У юношей оно складывается в большей степени из предъявления требований к себе, умения принять ответственность на себя, приложить усилия к самостоятельному решению трудной ситуации. У девушек преобладают стремление к достижению понимания другими людьми, запрос о помощи окружающими, умение признать свою вину, терпимость, конструктивное сотрудничество.

Наше исследование показало также **индивидуальную специфику конструктивности поведения** школьников. Сопоставление индивидуальных профилей поведения в ситуации фрустрации позволяет охарактеризовать три варианта конструктивных реакций:

1) **конструктивность извиняющегося типа**. Она подразумевает разрешение ситуации за счет принятия вины на себя, оправдание за счет смягчающих обстоятельств. У подростков с этим видом конструктивности в профиле среди конструктивных преобладает j-реакция;

2) **конструктивность вынуждающего типа**. Она означает надежду на разрешение ситуации в будущем на основе уступчивости и привлечения чьей-то помощи. Она выражена m-реакцией;

3) **конструктивность активного типа**. Она характеризуется тем, что человек сам берет за разрешение фрустрирующей ситуации. В профиле ведущей является i-реакция.

Средние показатели конструктивных реакций по группам в соответствии в выделенным типами представлены в табл. 5.

Таблица 5

Тип конструктивности	Показатели конструктивных реакций		
	j	i	m
Извиняющийся	8	0	4
Выжидающий	4	3	7
Активный	3	5	2

Можно предположить, что, выбирая конструктивное поведение, подростки выстраивают индивидуальные тактики овладения трудной ситуацией. При этом каждая тактика приводит конкретного человека к определенному результату, т. е. не может быть оценена как «плохая».

В исследовании специальному изучению были подвергнуты некоторые особенности эмоционально-волевой сферы испытуемых с различными стратегиями антикризисного поведения (конструктивной и неконструктивной). Данные, полученные по шкале тревожности Кондаша, позволили установить следующее.

В неконструктивной группе наиболее напряженная область — это представление подростка о себе (средний балл самооночной тревожности в группе — 31, в конструктивной группе средний балл — 18). Напряжение обусловлено расхождением в оценках, данных им самому себе и другими. Возникновение напряжения связано с восприятием угрозы своему «я» как целостной системе. Уязвимость самооценки является, вероятно, препятствием на пути выбора конструктивных способов поведения, связанных с принятием ответственности на себя.

В конструктивной группе акцент смещается в сторону межличностной тревожности (средний балл — 24). Она достаточно высока и в неконструктивной группе (средний балл — 27). Подростки обладают низкой способностью устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми. Поскольку потребность в общении в этом возрасте велика, то неуверенность в результативности контактов делает многие ситуации общения стрессовыми, что и показал опрос. В то же время представители конструктивной группы имеют в целом более низкие показатели межличностной тревожности по сравнению с неконструктивной группой. По уровню школьной тревожности группы значительно не различаются между собой. Следовательно, именно область самооценки необходимо считать наиболее связанной с выработкой конструктивной стратегии поведения.

Исследование агрессивных реакций, возникающих в ситуациях психической напряженности, позволило установить по методике Басса — Дарки следующее (см. табл. 6).

Представители неконструктивной группы по сравнению с подростками конструктивной в целом имеют более выраженные показатели по всем видам агрессивных реакций.

Наиболее ярко в неконструктивной группе выражены такие реакции, как физическая и вербальная агрессии, косвенная агрессия и чувство вины. Преобладание этих реакций оставляет невостребованным поиск конструктивных способов поведения, так как позволяет временно изолироваться от составляющих кризисной ситуации.

Таблица 6

## Агрессивные реакции испытуемых

Вид агрессивной реакции	Средний балл по каждому виду агрессивной реакции	
	Конструктивная группа	Неконструктивная группа
Физическая агрессия	2,2	5,4
Косвенная агрессия	2,4	4,1
Раздражение	3,7	3,4
Негативизм	1,3	2,5
Обида	1,9	3,6
Подозрительность	2,7	3,3
Вербальная агрессия	3,1	5,9
Чувство вины	2,0	4,0
Уровень враждебности	4,6	6,9
Уровень агрессивности	9,0	14,7

В конструктивной группе наблюдаются относительно низкие показатели по физической, вербальной и косвенной агрессии, так как агрессивные тенденции, видимо, удается погасить другими способами.

Наиболее значимые различия по агрессивным реакциям в сравниваемых группах обнаружилось по шкалам: чувство вины, обида, физическая агрессия и вербальная агрессия. Именно нереализованное чувство вины и обида в большей степени связаны с неконструктивной стратегией поведения.

Таким образом, выбор стратегии поведения в кризисных ситуациях был в наибольшей степени связан с показателями самооценочной тревожности личности и преобладанием чувства вины и обиды в характеристиках агрессивных реакций. Именно эти показатели эмоциональной сферы и должны стать предметом повышенного внимания при формировании конструктивного антикризисного поведения подростков.

Анализ содержания антикризисного поведения и изученных особенностей личности испытуемых с различными стратегиями антикризисного поведения позволил выделить ведущие направления формирования конструктивной стратегии решения критических ситуаций [1]. К ним относятся развитие способности подростков к самопознанию и самопониманию, обеспечение высокого уровня самопрятия, обучение способам снятия эмоционального напряжения и конструктивного выражения агрессии, формирование навыков эффективного взаимодействия с другими людьми, навыков принятия решений и ответственности за собственный выбор. Все направления должны быть рассмотрены в контексте конкретных жизненных ситуаций, переживаемых подростками как кризисные.

В заключение отметим, что при разработке и реализации программ формирования конструктивного антикризисного поведения подростков необходимо опираться на следующие принципиальные положения:

- основной целью формирования антикризисного поведения следует считать не просто коррекцию неконструктивного поведения подростков, а создание условий для возникновения, сохранения и укрепления устойчивых конструктивных реакций в трудных ситуациях, возникающих в различных сферах жизнедеятельности;



- соответствующая работа должна строиться по двум основным направлениям: 1) создание условий в окружении подростков, 2) повышение «жизненной стойкости» самих подростков (первое направление подразумевает работу с педагогами и родителями, второе же включает в себя специальное взаимодействие педагогов и психологов с самими подростками);

- указанные направления должны реализовываться как элементы единой формирующей системы.

В связи с этим представляется необходимой разработка рекомендаций по организации образовательного процесса, способствующего жизненному самоопределению учащихся, программ просветительской и тренинговой работы с педагогами, родителями, а также программ тренинговой работы непосредственно с подростками и молодежью.

## Литература

1. Антикризисное поведение: сущность, проблемы, тенденции: Сборник научно-методических трудов / Под ред. Н. В. Калининой, М. И. Лукьяновой. Ульяновск, 2000.
2. Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю. Психология жизненных ситуаций: Учебное пособие. М., 1998.
3. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М., 1984.
4. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976.
5. Данилова Е. Е. Жизненная стойкость и психическое здоровье // Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1994.
6. Карцева Т. Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. 1988. № 5.
7. Подросток на перекрестке эпох: Проблемы и перспективы социально-психологической адаптации подростков / Под ред. С. В. Кривцовой. М., 1997.
8. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под ред. И. В. Дубровиной. 2-е изд. М., 1997.
9. Begemann Cnr. Furehund Angst im Prozess oler Auklearung: Zu Literatur ind Bewusstgesehichts des 18. Francfurt a M., 1987.
10. Haan N. Coping and Defending Process of Self-enviroment Organization. N.Y., 1977.
11. Tyszkowa M. Zachowanie siedzilci i modziezy w sytuacjach trudnych. Teoretycznometodologiezne podstawy baden // Zachowanie sie modziezy w sytuacjach trudnych i rozwoj Osobowosci / Pool red. M., Tyszkowej. — Poznan, 1977. М.; Воронеж, 1996.