

**Практическое применение логоарттерапии в работе с проявлениями
подросткового кризиса**

“Подростковый кризис” – тема известная, но вызывающая споры и сегодня. Даже возраст перехода от детства к взрослости разные исследователи определяют по-разному: от 10 лет до 21 года. Стэнли Холл считал, что подростковый возраст относится к критическим периодам жизни человека, или периодам возрастных кризисов, это время особых качественных сдвигов. У Л. Ф. Обуховой находим определение «взрыв развития», который является маркером конца одного его этапа и начало следующего, сопряженного с определенными внутренними и внешними конфликтами.[3] О наложении социального кризиса на подростковый кризис пишет Г.А.Вайзер [1].

А.М. Прихожан отмечает, что протекание возрастного кризиса проходит три фазы: 1) негативную, или предкритическую, когда происходит ломка старых привычек, стереотипов, распад сформировавшихся ранее структур 2) кульминационную точку кризиса (в подростковом возрасте — это 13 лет) 3) посткритическую фазу, т. е. период формирования новых структур, построения новых отношений и т. п. Можно выделить характерные особенности кризисного поведения: повышенная конформность по отношению к группе сверстников и демонстративное противопоставление себя окружающим, бунт против образа послушного ребенка. [5]

В исследовании, проведенном нами (выборка 205 школьников в возрасте от 12 до 17 лет), использовался модифицированный графический тест «Пространство моей жизни» для подростков, с целью изучения «ориентации в смысловом пространстве жизни». Получены следующие результаты: ощущаемый возраст совпадает с настоящим у 22,9% подростков, младше себя чувствуют 10,6% школьников и большинство ощущают себя старше — 66,5%. Отметим, что это чувство взрослости является характерной чертой для подростков. [4]. Желание быть старше мы встречаем у

подавляющего большинства подростков— 82,7%, совпадение желаемого и настоящего возраста находим в 12,8% случаев. Выявилась группа подростков, которая хочет вернуться в детство, стать младше — 4,5%. Результаты исследований, проведенных А.М. Прихожан показали еще одну тенденцию, в качестве золотого, желаемого возраста 33% указали возраст старше (23% на 2-3 года, 9% - намного старше), 13% - хотели бы быть маленькими, 37 % - сделали двойственный выбор, указывая, что они хотели бы быть или старше (как правило, намного), или младше, но только «не такими, как сейчас». Именно последние характеризовались наиболее яркими проявлениями, типичными для подросткового кризиса.[5] Учитывая мнение Л. С. Выготского о том, что «развитие никогда не прекращает свою созидательную работу, и в критические периоды мы наблюдаем конструктивные процессы развития» [2, с. 253] и основываясь на концепции В.Э. Чудновского, в которой феномен смысла жизни определяется как «особое психическое образование, имеющее свою специфику возникновения, свои этапы становления, приобретая относительную устойчивость и эмансипированность от породивших его условий, может существенно влиять на жизнь человека», поскольку смысложизненные ориентации человека возникают не на «пустом месте»: их созревание подготавливается всем ходом предыдущего личностного развития. «Созревание» смысложизненных ориентаций происходит далеко не сразу, существуют определенные этапы их становления, закономерности смены которых стоит изучать» [6, с.229]. Нами был задуман и реализован научно-образовательного проект «Смысл жизни и судьба. Как построить собственное будущее?». Важно учитывать не только время кризиса, но и то, что подростковый период является сензитивным для формирования, становления смысложизненных ориентаций. Одной из форм работы стали логоАрт-терапевтические упражнения, в которых происходит слияние методов арт-терапии – динамического рисования с основными идеями логотерапии.[7,8] ЛогоАрт-терапия помогает сначала на невербальном уровне осуществить коммуникации, поскольку в режиме

групповой работы ребята предъявляют свой проект – продукт творческой деятельности, затем происходит вербальная коммуникация – рассказ и обсуждение предложенного проекта. В своей работе мы учитываем характерные особенности кризисного поведения: повышенная конформность по отношению к группе сверстников помогает в дискуссиях и размышлениях выстраивать свое понимание смысла жизни, демонстративное противопоставление себя окружающим можно свободно выразить в уникальности и индивидуальности своего проекта – например, ученица гимназии изобразила свой дом в виде раскаленной печи, в которой сгорает весь негатив, накопленный ею, поднимающийся жар превращается в облако, помогающее посмотреть сверху на ситуацию. Или дом-корабль, плывущий по течению, в то же время корабль может плыть и против течения, защищая свою позицию или занимаясь поиском нужной пристани; дом-дерево – там можно спрятаться от всех, уединиться, можно позвать гостей; еще один рисунок - дом, у которого есть пока только фундамент – потому, что автор – первокурсник колледжа еще не готов строить и не хочет, чтобы его дом был обычным, как у всех, пока готовится к серьезному строительству, опорой для его смысла жизни является семья. Каждый элемент дома в рисунках, символизирует свой смысл – это или семья, или образование или друзья. ЛогоАрт-терапия позволяет в необычной форме прояснить для себя и озвучить окружающим то, что волнует, то, о чем мечтаешь.[4]

Упражнение, которое мы предлагаем для прояснения собственных ценностей – это “Рюкзак. Что возьму с собой в свой жизненный путь?”. Цель данного логоАрт-терапевтического упражнения заключалась в постановке жизненных приоритетов, ответственности за выбор, в осознании своих ценностей. Участники предлагали разные варианты собственного выбора. Иногда – не могли определиться - что важнее (предлагая несколько вариантов), но рассказывая, все-таки оставляли один предмет или символ. На защите проекта случались инсайты – ученик 10 класса хотел взять с собой книгу, в которой есть ответы на все вопросы, но отвечая на вопросы, которые

задавали ему участники, парня вдруг осенило, что ему не нужна книга, а нужна собственная уверенность.

Многие участники считали необходимым брать с собой какие-то конкретные черты характера – любознательность, открытость, адаптивность, умение общаться с собой, некоторые останавливали свой выбор на общечеловеческих ценностях – доброте, свободе, вере.

Для занятий в этом учебном году мы разработали логоАрт-терапевтическое упражнение «Дороги, которые я выбираю». Целью упражнения является расстановка приоритетов при выборе смысложизненных ориентаций.

Резюмируя результаты исследования и проведение логоАрт-терапевтических упражнений с подростками, участвующими в научно-образовательном проекте деятельности, можно сделать следующие выводы.

1. Период подросткового кризиса может быть благотворным для формирования смысложизненных ориентаций, в котором эффективным методом является использование логоАрт-терапевтических упражнений.

2. Создание собственного проекта помогает подросткам в осмыслении категории смысла жизни через реализацию его в творческом продукте деятельности.

3. ЛогоАрт-терапевтические упражнения помогают в формировании представлений о смысле жизни, которые после занятий на проекте, не являются для подростков оторванными, абстрактными понятиями.

4. Развивается рефлексия – осмысление и осознания себя и собственного смысла жизни, отчетливо проявляется интерес к собственному Я, стремление к пониманию себя.

5. Процесс формирования смысложизненных ориентаций становится активным, развивается умение расставлять приоритеты, защищать собственное мнение.

Список литературы

1. Вайзер Г.А. Отношение старшеклассников к проблеме смысла жизни // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни// М. 2001-С. 172- 32.
2. Выготский Л. С. Собр. соч.: В 6 т. Т. 4. М., 1983
3. Обухова Л. Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М., 1995...."
4. Попова Т.А. Выявление рефлексивного отношения к жизни у школьников // Психологические проблемы смысла жизни и акме: Электронный сборник XVIII симпозиума/ Под ред. Г.А.Вайзер, Н.В. Кисельниковой, Т.А. Поповой М.: ФГНУ «Психологический институт» РАО, 2013. С. 38 <http://www.pirao.ru/ru/laboratorii/lnopkp/gporl-gruppa/simpoziumy>
5. Прихожан, А.М. Проблема подросткового кризиса / А.М. Прихожан // Психологическая наука и образование / В.В. Рубцов, Аркадий Аронович Марголис, В.А. Гуружапов. – 1997. – №1 1997. – С.82-88.
6. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни. Избр.труды. – М.: МПСИ, 2006.-767 с.
7. Frankl V.E. Mans search for meaning. Beacon press. 2006, 165 p.
8. Marianne de Silva Prado. Logoart. Sidottu, 2006