## ГРУППЫ РИСКА ПО ШКОЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ

### 2.1. Первая группа риска: дезадаптивные перфекционисты

*Это сознание долга, который ему предстояло свершить,*
*и боязнь показаться смешным, или вернее, почувствовать*
*себя униженным мгновенно отравили всю его радость.*

Стендаль

Ниже пойдет речь об оптимальной композиции методик для выявления детей групп риска в условиях школы и об их основных особенностях. Традиционно психологи используют опросник Филлипса и шкалу явной тревожности CMAS в адаптации А.М. Прихожан. Эти инструменты хорошо зарекомендовали себя при оценке тревожности. Мы провели исследование в двух московских школах (*Осницкий, Тарасова*, 2011а; *Тарасова*, 2012). К опроснику Филлипса и шкале CMAS добавили индивидуальные социометрические индексы, экспертные оценки учителей и модификацию индекса Баевского (*Каплан,* 1999). Также организовали исследование концентрации кортизола в пробах слюны детей[1]. Познакомим читателя с наиболее интересными и нетривиальными из полученных фактов.

Начнем с описания детали, о которой не принято говорить вслух, но которая хорошо известна в школе каждому. В А классах ученики более тревожны, чем в Б, В и т.д. Почему? Классы по-разному формируют – это, в принципе, секрет Полишинеля. Более статусный учитель может отбирать детей «получше», из более культурных семей, с более образованными или обеспеченными родителями. Нередко папы и мамы ведут детей туда, где учились сами, поэтому получить информацию о семье не составляет особого труда. Если же люди откуда-то приехали, да еще недавно, это тоже в подавляющем большинстве случаев интерпретируется предсказуемым образом: одно дело – Англия, и совсем другое – например, Молдавия. Классы комплектуются исходя из предпочтений авторитетного учителя. Класс А порой считается «образцово-показательным», в него попадают способные, пусть на первый неглубокий взгляд, ребята, и уж точно, более послушные, дисциплинированные, опрятные внешне. Образцовый набор должен быть образцовым и дальше, в процессе обучения. Поэтому классные руководители параллели А предъявляют ученикам более жесткие требования к дисциплине и успеваемости, чем в других классах. Причем даже по, казалось бы, не очень важным предметам типа труда: «Плохо слепил грибочек! Посмотри, весь разваливается! Твой грибочек не возьмем на выставку». В

[1] В исследовании гормональной функции участвовала к. б. н. И.В. Ермакова (лаборатория возрастной эндокринологии Института возрастной физиологии РАО).

нашем исследовании различия между классами А и Б, А и В статистически значимы (см. рис. 1).

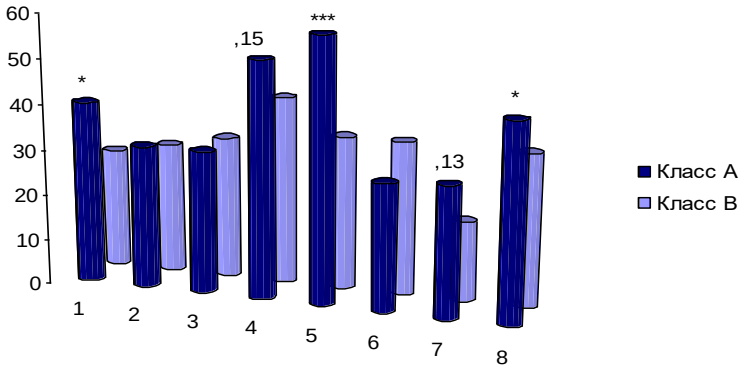



Рисунок 1. Средние значения факторов опросника Филлипса для учащихся классов А и В. Обозначения: по горизонтали – порядковые номера факторов; по вертикали – показатели выраженности тревожности в баллах. Статистическая значимость различий отмечена символами: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$; *** - $p < 0,001$. Цифрами над столбцами отмечены уровни значимости.

Самые достоверные различия обнаружены по *Страху проверки знаний*. Также по *Страху проверки знаний* наиболее устойчивая во времени группа риска (на рисунке 2 под цифрой 3).

Фактор *Страха ситуации проверки знаний*

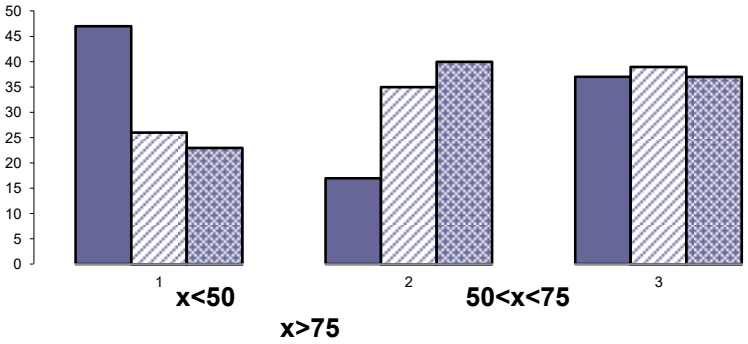



Рисунок 2. Динамика уровня тревожности по фактору *Страх ситуации проверки знаний* в процессе обучения. Обозначения: по горизонтали – показатели уровней тревожности в баллах; по вертикали – число детей в процентах.

Итак, около 30% детей сверхтревожны. Основное – страх проверки знаний. Ситуация проверки становится психологическим маркером тревожности. Такая устойчивая в процессе обучения группа риска есть в каждой школе. Ее позволяет выявить индивидуально проведенный с детьми опросник Филлипса. Однако в других странах поступают проще: берут кортизоловую пробу слюны. Мы поступили так же и обнаружили

статистически значимые корреляции для результатов психологических методик и уровня концентрации кортизола. Любопытно, что обозначилась сильная связь практически по всем факторам опросника Филлипса со *шкалой CMAS.*

Концентрация кортизола в пробах слюны детей возрастает при актуальном переживании школьной тревожности, но это не все. Самое интересное, обнаружены сильные корреляции уровня концентрации кортизола и показателей социометрических индексов *Востребованность* и *Статус*. Взаимосвязь популярности среди ровесников и школьной тревожности ребенка по психологическим тестам достаточно стабильна во время обучения. Чем вызвано такое состояние? Может быть, спецификой межличностных взаимоотношений в ученическом коллективе?

В младшей школе тревожность четко связана с эмоциональным настроем учительницы, эффективностью выполнения заданий, межличностными предпочтениями сверстников. Большое влияние на положение ребенка в системе взаимоотношений, то есть, на его востребованность и статус, оказывает именно личность классного руководителя. Предъявляемые авторитетным педагогом, а в первом классе учитель – безусловный авторитет, требования влияют на взаимные предпочтения внутри класса. Пользуясь эффектом Пигмалиона, значимый взрослый усиливает учебную мотивацию ребенка или ослабляет, разрушает ее, может сделать «звездой», а может и «изгоем». Закономерно встает вопрос: что учителя приветствуют в детях? Во-первых, конечно, хорошую успеваемость. В скобках добавим, что в наше экономически непростое время от пресловутой успеваемости элементарно зависит зарплата преподавателя. Во-вторых, послушание. Это логично, ведь такие ребята причиняют учителям наименьшее беспокойство. Таким образом, востребованным в детском коллективе ученикам присущи хорошие способности и успеваемость, спокойствие и прилежание, девочкам – симпатичная внешность. В свою очередь, для неблагоприятного положения младшего школьника характерны претензии: замечания классного руководителя, низкая успеваемость и постоянные нарушения дисциплины. Страхи ребенка на этом этапе отвечают требованиям классного руководителя: «Боюсь, учительница двойку поставит».

К периоду подросткового возраста установленные, воспитанные стандарты интериоризуются. И если в норме формируется адаптивный перфекционизм, ведущий к повышению самооценки и удовлетворенности, – тенденция к аккуратности, порядку, организованности, адекватной ответственности. То у подростков группы риска возникает перфекционизм дезадаптивный: переживание несоответствия собственным стандартам. Невозможность отвечать установленным для себя высоким стандартам рождает тревогу. Дезадаптивный перфекционизм связан со школьной, межличностной и магической

тревожностью. Результаты статистически значимы. Следствием завышенных стандартов и постоянного состояния сверхтревожности могут быть трудности в межличностных отношениях. Самая многочисленная группа риска у подростков обнаружена по межличностной тревожности – в нее стабильно в процессе обучения в средней школе входит около 20% подростков. Это меньше, чем на начальной ступени, но тоже немало.

Общие закономерности данной группы таковы: популярные в классе дети демонстрируют наличие высокого содержания кортизола. Последнее увеличивается при повышенной тревожности. Ребята востребованы и мотивированы на достижения. Хотя их благополучное положение в коллективе, внешность, материальное обеспечение родителей и успеваемость вполне хорошие, школьники демонстрируют постоянное наличие разлитой тревожности. Педагоги отмечают у них высокий страх ошибки, чаще всего в публичных ситуациях, при ответе у доски, защите проектов. По самоотчету, дети и подростки боятся утратить высокий статус в социальной группе. Сами обращаются за помощью к психологу, особенно в какой-либо конфликтной ситуации: «Помогите вернуть лидерство». Результат согласуется с выводами лонгитюдного исследования А.М. Прихожан: существует группа успешных в коллективе «неадекватно тревожных» учеников. Высокие притязания личности создают напряженное стремление к успеху. Согласно мнению Л.В. Бороздиной, речь идет о неуемных гиперпритязаниях (2011). Например, ребенок искренне жалуется: «у меня телефон за 5 тысяч, а я хочу за 30». А когда есть телефон за 30 тысяч, то школьник мечтает получить на День рождения iPad, причем так сильно, что настойчиво изображает его с помощью рисунка в «песочнице». А подростку принадлежит фраза: «Ты дебил, у тебя нет сумки за 50 тысяч». Острая конфликтность самооценки одновременно и заставляет добиваться успеха, и ведет к мучительным перманентным сомнениям в этом успехе. Потребности становятся ненасыщаемыми, складывается невротический порочный круг. Такое стремление становится эмоциональной нагрузкой и в рамках психосоматического сопряжения обретает высокую «физиологическую цену». Поэтому мы назвали группу риска – дезадаптивные перфекционисты.

В итоге мы парадоксальным образом, благими намерениями получаем группу риска с весьма определенными особенностями. Здесь все замечательно только при поверхностном рассмотрении. Дезадаптивный перфекционизм – особый вариант невротического беспокойства, болезненно бесконечный путь самоулучшения[2]. Суть патологических форм перфекционизма в принципиальной неутолимости. Ребенок

[2] Дезадаптивный перфекционизм можно измерять при помощи опросника, составленного на основе шкалы APS-R (*Ясная, Ениколопов*, 2013; *Тарасова*, 2014b)

приписывает значимым другим людям нереалистичные ожидания, которым обязательно надо соответствовать, чтобы заслужить принятие и одобрение («Она ругает меня даже за четверки!»). Идеальное Я ребенка или подростка никогда не приближается к реальному Я. Негибко понимаемое достижение совершенства превращается в сверхзначимую цель, которой необходимо добиться любой ценой (*Соколова, Цыганкова*, 2011). Корни таких дезадаптивных форм перфекционизма – «условное принятие» в детско-родительских отношениях («Я тебя полюблю, если ты…). Вспомним и культ успешности в современном обществе. Хорошисты-отличники, «звездные дети» входят в группу риска постольку, поскольку оказываются психологически не готовыми принять неудачи и недостатки и испытывают постоянную тревожность в «гонке» за успехом. Реальные достижения обесцениваются, а требования к себе непрерывно возрастают, создавая стабильный уровень сверхтревожности. Учитывая, что сверхтревожные школьники составляют минимум пятую часть всех учеников, оставлять их без присмотра психолога никак не годится. Неоказание психологической помощи успешным на первый взгляд детям чревато, пользуясь словами физиологов, «срывом адаптации». Физиологический маркер для этой группы риска – концентрация кортизола. Психологический маркер – проверка знаний. И тревога по поводу мнения окружающих, и эмоциональный фон отношений со сверстниками и взрослыми наиболее ярко проявляются в ситуации проверки.

### 2.2. Вторая группа риска: неадекватно спокойные

*Некоторые «акцентуированные личности» предстают перед нами в отрицательном свете, так как жизненные обстоятельства им не благоприятствовали, но вполне возможно, что под влиянием других обстоятельств они стали бы незаурядными людьми.*

В.М. Блейхер

Помимо многочисленной группы риска по тревожности есть и другая – по количеству детей незначительная. Во время обучения в школе эти дети образуют около 4% от числа всех учеников. Однако в силу яркости и устойчивости некоторых характеристик, группа заслуживает пристального внимания. Мы уже отметили в предыдущем разделе, «идеальный ученик, мечта педагога» стремится не нарушать установленных правил, успевать по основным предметам, быть лучшим. По другому выглядит «изгой». То, что в каждом детском и взрослом коллективе найдется пария, очевидно и для психолога, и для просто наблюдательного человека. В малой группе всегда есть тот, кому дают поручения за рамками должностной инструкции: «Пойди отксерь бумажку, сбегай, купи чего-нибудь к чаю». Отвергаемый ученик присутствует в любом классе. Мы просили учителей оценить необычность поведения своих подопечных. Полученная статистика говорит сама за себя. Необычное поведение связано с социометрическим индексом *Изолированность* во время обучения в начальной и средней школе. Результаты статистически достоверны.

Изолированность или «отвержение» в коллективе – пренебрежение со стороны сверстников. Школьник эмоционально реагирует, переживает взаимоотношения с одноклассниками. Дети и подростки проявляют нечувствительность к реальному неблагополучию только, если у ребенка при всей его «отверженности» есть хотя бы один полноценный партнер по общению, взаимная привязанность, настоящий друг. Ведь эмоциональное благополучие зависит не столько от количества выборов ровесников, сколько от взаимности предпочтений. Тогда как неудовлетворенность в общении толкает порой на необычные, иногда – антиобщественные поступки (*Nordahl et al.*, 2010). Мотивировкой может быть и привлечение внимания окружающих. У сильно изолированного ребенка не удовлетворяется базовая человеческая потребность – быть нужным. Такая ситуация ведет к формированию слишком нестабильной, неадекватной самооценки, что закономерно находит выход в нарушениях поведения. Л.В. Хрулева увязывает отверженность в социальной группе и проявления поведенческого компонента школьных трудностей (ШТ) у невротизированных детей (2004). Автор определяет

поведенческий компонент ШТ как систематическую демонстрацию необычного поведения в школьной среде.

В каждом классе можно видеть сильно изолированных учащихся, у которых педагоги стабильно отмечают выраженное необычное поведение. «Изгои» часто ведут себя неадекватно ситуации: громко поют во время урока, корчат рожи и фотографируют это на телефон… С ними не хотят общаться, не включают в совместные игры. Но опросники открытую, осознанную тревожность не выявляют. По итогам психологической диагностики «отверженные» не тревожны. Налицо парадокс. Дети находятся в объективно невыгодном положении: у них дешевле мобильные телефоны и другие «игрушки», им делает замечания учитель, изолированы в классе. Но, не смотря на это, им присуще «абсолютное спокойствие». Эту группу вслед за А.М. Прихожан обозначим как «неадекватно спокойных» школьников (2009). Вероятно, работают механизмы защиты, связанные с вытеснением негативной информации о себе. Известно, что вытеснение объясняется, в том числе, и физиологией человеческого мозга. Б.В. Зейгарник как раз и описывала аналогичные факты как перцептивную защиту, своего рода «фильтры» восприятия (1976). Вытесненная неприятная информация никуда не исчезает, она косвенным путем трансформируется либо в психосоматическую симптоматику, либо в специфические формы поведения. Нередко уже на момент поступления в школу сильно изолированные ученики наблюдались у врачей по поводу астено-невротические реакций, атопического дерматита и прочих сходных диагнозов. Похожие медицинские заключения свидетельствуют о риске развития психосоматических расстройств. Скрывая тревожность от окружающих и от самого себя, ребенок вырабатывает мощные, но примитивные, грубые способы защиты. В качестве экстравагантного, необычного поведения выступают агрессия, совершение опасных действий, безразличие к важным событиям, преувеличенная лень, излишняя мечтательность, замкнутость и др. Такой феномен можно интерпретировать именно как вид тревожности, а по сути – психологической защиты. В литературе явление представлено в терминологии: «отрицающая», «подавленная» или «бессознательная» тревожность. В нашем исследовании у неадекватно спокойных детей наблюдались экстремальные значения индекса вариационной пульсометрии – показателя стресса, неосознанного нервно-психического напряжения (*Осницкий, Тарасова*, 2011b). Не исключено, причина неадекватного спокойствия лежит в особенностях характера ребенка и семейной обстановки.

Э.Г. Эйдемиллер и В.В. Юстицкис считают, возникшее в семье нервно-психическое напряжение – один из истоков психической травмы личности (2001). Методы воспитания, когнитивный стиль родителей, социокультурная и этническая формы общения с ребенком

связаны с уровнем детской тревожности (*Creveling et al.,* 2010; *Wison et al.,* 2010; *Mitchell, Ronzio,* 2010). В семьях неадекватно спокойных нередко преобладает попустительский стиль воспитания. Поэтому неудивительно, что к периоду пубертата их поведение становится эксцентричнее, сдвигается в сторону агрессии. С помощью классического патопсихологического обследования[3] можно выявить у неадекватно спокойных подростков проблемы формирующегося образа Я, включая телесное Я, слишком нестабильную самооценку, агрессивные тенденции. Закономерным путем проблемы образа Я проявляются в нарушениях поведения. В нашем исследовании методика на наличие потребности в поисках ощущений М. Цукермана показала высокое стремление подростков к новым «щекочущим нервы» впечатлениям. На момент 15 - 16 лет у девочек данной группы риска наблюдалось выраженное сексуально окрашенное поведение, не отвечающее условиям школьного обучения. Например, девочка принимала сексуально провокационную позу, сидя на стуле напротив молодого учителя-мужчины, и спрашивала: «Я Вам нравлюсь?» Сцена происходила в присутствии нескольких взрослых людей без попыток «воспитания», чтения назидательных нотаций с их стороны. М.Е. Бурно полагает, подобное поведение можно объяснить формированием выраженных особенностей, а не исключено и патологии характера, относящейся к компетенции врача-психиатра.

Скажем несколько слов о клинических методах и коллегиальной работе. Школа должна иметь возможность приглашать психолога клинической специализации для консультирования в сложных случаях. Особенно с учетом реализуемой сегодня программы инклюзии. «Трудные» дети и подростки были и есть в школах всегда. А в школах с углубленным изучением предметов, где много способных, одаренных детей, встречаются школьники с выраженной шизоидной акцентуацией и даже фактически больные дети. Например, без официального медицинского диагноза. Или те, кто, получает лечение у врача-психиатра частным образом. Такие варианты, хотя их, конечно, никто не афиширует, следует иметь в виду и непременно наблюдать в динамике: как относятся соученики, учителя, нет ли выраженных деструктивных тенденций. Еще Ч. Ломброзо заметил: гениальность и помешательство – звенья одной цепи. Практика работы экспертной группы клинических психологов из научного института, сотрудников кафедр широко распространена в других странах, например, в Германии и Швейцарии. В нашей стране тоже необходим комплексный подход к решению проблем ребенка, межведомственное взаимодействие. Тем более что идея такой коллегиальности

[3] О стандартном патопсихологическом обследовании, включая оценку уровня умственного развития, мы расскажем в третьей главе.

принадлежит, в частности, Л.С. Выготскому. Финансовая конкуренция иногда мешает полноценному взаимодействию систем образования и здравоохранения. Знакомы ситуации, когда дети и подростки, остро нуждающиеся в медицинской помощи, попадают в поле зрения врача-психиатра слишком поздно. Когда, на беду, причинили серьезный вред людям, в крайнем варианте, совершили преступление против личности.

*Девочка Аня была странной со средней школы: и во внешности – черная одежда, закрывающая лицо челка, и в поведении – слышала голоса, видела Христа и Антихриста «в углу комнаты», о чем неоднократно говорила и матери, и школьному психологу. Бывали дни, когда Аня кричала, что ненавидит одноклассников, царапала стены ногтями до крови. В детском коллективе ее отвергали, настоящих реальных друзей никогда не было. Одноклассница характеризует ее как «чокнутую». Примерно в 15 лет девочка «влюбилась». Юноша также оказался своеобразным по складу личности адептом религиозной секты сатанистов. В 16 лет Аня совершила жестокое убийство, вырезав глаза сверстнице, которую хитростью сумела заманить в гости и исподтишка оглушить. Приехавшим полицейским сообщила, что это ее «экзамен, лабораторная работа, как человек устроен внутри». На комплексной психолого-психиатрической экспертизе в Центре им. В.П. Сербского выяснилось, девочка уже несколько лет страдает шизофренией.*

При патологии характера или эндогенном заболевании оказание своевременной медицинской и психологической помощи жизненно необходимо. И многое, если не все, зависит от грамотной кооперации родителей, учителей и психологов.

### 2.3. Агрессия как самое яркое проявление тревожности

*В самом деле кажется, как будто нам нужно уничтожить*
*какую-то другую вещь или человека для того, чтобы не уничтожить*
*самих себя… Печальное открытие для моралиста*
З. Фрейд

Многие авторы – социологи, педагоги, психологи – обращают внимание на увеличение случаев буллинга среди детей и подростков (*Собкин, Маркина*, 2010). Буллинг (или моббинг) – хулиганство, драки, школьная травля. Согласно мнению некоторых социальных и экономических психологов, реформирование страны ухудшило психологический климат общества в целом и межличностные отношения между школьниками в частности (*Лебедева и др*., 2004; *Самаруха, 2009; Е.М. Карпезина*, 2009). Агрессивные действия, совершенные подростками, еще не достигшими возраста уголовной ответственности, вызывают сильный общественный резонанс.

Внесем терминологическую ясность. Принято разделять агрессию и агрессивность. Мы склонны понимать под агрессией любой вид поведения, которое направлено на причинение ущерба или вреда, противоречащее нормам и правилам человеческого сосуществования, приносящее отрицательные переживания, страх и подавленность. В свою очередь, агрессивность – относительно устойчивая готовность человека к агрессивным действиям в различных ситуациях. Буллинг классифицируется, в принципе, как агрессия: физический, эмоциональный, устный, сексуальный. Косвенная агрессия – тоже буллинг. Рассуждая об агрессии, большинство специалистов употребляет и термин «насилие». Часто слова «агрессия» и «насилие» употребляют как синонимы, что не вполне верно. Хотя доминирующим в понятии «насилие» является принуждение, диапазон насилия шире. Руководящие возможности, в том числе, правовые полномочия, авторитет – носят отчасти насильственный характер: «Прошу, значит, приказываю». Немецкое слово «Respekt» подразумевает уважение с оттенком подобострастия, например, к умному, компетентному и опытному шефу. Если мы говорим о насилии как о принуждении, оно перестает отождествляться с формой общественных отношений, с властью. Когда «насилие» равно «принуждение», оно обретает исключительно деструктивный характер.

Много копий сломано в дискуссиях о биологических корнях агрессии. Физиология агрессии родственна страху. Вот мнение врача: «Иногда создается впечатление, что отрицательные эмоции, действующие невротическим образом, находятся в человеке независимо от его внешней ситуации. Они не связаны ни с чем и ни с кем… Аналогично с термином “free floating anxiety” можно бы неопределенные агрессивные чувства назвать “free floating agression”» (*Кемпински*, 1975, стр. 275). О «гормоне стресса» кортизоле

говорилось выше. А существуют ли «гормоны агрессии»? Опыт свидетельствует: уберите одного «изгоя» в коллективе (да и в стае животных), скоро появится следующий несчастный. После кровавых ужасов первой мировой войны на вопрос А. Эйнштейна о природе человеческой жестокости З. Фрейд ответил, следуя теории инстинкта: «…люди действительно одержимы ненавистью и стремлением убивать. Активный инстинкт ненависти и уничтожения живет в глубине человеческой личности» (цит. по [*Берковиц*, 2001, стр. 439]). Однако результаты исследований очень неоднозначны. Относительно достоверные данные существуют о роли норадреналина в формировании агрессивного поведения (*Chichinadze et al.*, 2010; *Yanowitch, Coccaro*, 2011). Добавим, что испытуемые в подобных экспериментах – чаще заключенные-мужчины. Статистка по людям, не попадавшим в поле деятельности правоохранительных органов, весьма и весьма противоречива. Наверное, в противовес постулатам теории инстинкта агрессия, по крайней мере, эмоциональная – скорее все же реакция на происходящее в окружающем мире. Поищем и мы источник агрессии в социальной сфере.

Похожей точки зрения придерживается А. Гуггенбюль. Он описывает свою концепцию в книге под романтическим заголовком «Зловещее очарование насилия». С одной стороны автор говорит о тревожности и агрессивности как об «антропологических константах». Страхи и агрессия были, есть и будут, меняются лишь их формы: «При появлении первых железных дорог паровозы, напоминающие неких доисторических чудовищ, вызывали у многих людей чувство панического страха. Врачи тогда всерьез полагали, что поездки по железной дороге вредят здоровью… Возникли новые источники страха, людей пугает повышенная радиация, опасность радиоактивного облучения, заражения пищи или загрязнения среды» (*Гуггенбюль*, 2006, стр. 61). В Америке идея вторжения пришельцев и теория правительственного заговора муссируются во многих громких фильмах. Например, в сериале «Секретные материалы». С другой стороны автор считает существенным для возникновения агрессии социальную ситуацию, климат в коллективе, наличие персональных проблем и т.п. В сочинении мальчик на голубом глазу написал, как, по его мнению, следует поступить с ненавистной одноклассницей: «В начале ее повесили, а затем отрезали руки и ноги. Затем ей вырвали язык и распороли живот. После всего этого ей запихали в рот бомбу и Карин взорвалась. На сем кончаю» (*Гуггенбюль*, 2006, стр. 19). А вот отечественный эпизод. 16-летний Андрей был изгоем всегда: начиная с детского сада и далее год за годом. В возрасте 5 - 6 лет мучил животных, это доставляло радость. Самое яркое воспоминание детства – как убил в лесу ежика, «потому что тот колючий». Особую неприязнь испытывает к социальному педагогу школы: изображает ее в рисунках то истекающую кровью с проломленным черепом, то

израненную осколками стекла. Со слов отца подростка, социальный педагог на переменах между уроками так активно «работала» с Андреем – тащила силком в свой кабинет, – что тот не успевал перекусить.

Агрессию легко усилить неправильным педагогическим воздействием. А. Гуггенбюль повествует о событиях в маленьких немецкоязычных городах с низким уровнем криминала. В крохотном местечке четвероклассники завели привычку каждую пятницу избивать кого-нибудь из сверстников. Ближе к концу недели утром оглашается имя очередной жертвы, и в течение дня растет эмоциональное напряжение, кипят переживания, страсти. Первый от страха трясется, второй занимает сторону обидчиков... Сразу после последнего урока намеченная жертва мчится стремглав домой – до настоящей крови, как правило, не доходит. Агрессия ритуализирована, а разумные учителя не вмешиваются. В отличие от случая в Цюрихе. Раньше там была любопытная традиция: по окончании учебного года в день святого Сильвестра – аналог последнего звонка – дети вставали в 4 - 5 утра и при помощи издающих грохот предметов будили мирно спящих горожан. Увидав в раскрытых дверях рассвирепевших взрослых, школьники спокойно возвращались по постелям. Неприятно, конечно, однако никакой реальной угрозы. Спустя некоторое время разгневанные преподаватели, администрация и родители подключили полицию, ввели комендантский час до 6 утра. Эффект был достигнут. Самые тихие дети, действительно, отправились в школу. Но отпетые теперь не ограничились невинными забавами, они подрывали машины и почтовые ящики, поджигали помойки и били оконные стекла. Совместные «педагогические» усилия разрушили формировавшийся десятки лет ритуал, а деструкция усилилась.

Подросток Вася оказался в сложной жизненной ситуации. Отец неожиданно ушел из семьи к другой женщине, у которой родился ребенок. Именно на младенце сфокусировались Васины чувства – обида за маму и родного младшего брата, ревность к «той девке», переживание утраты в лице отца источника финансов. Максимально выразилась словесная агрессия на страницах социальной сети, а отец отреагировал… Пригласив адвоката. Последнее время появилась интересная тенденция, видимо, пришедшая в Россию с Запада. В конфликты, традиционно считавшиеся детскими, «пацанскими» активно вмешивают администрацию образовательных учреждений, органы опеки и адвокатов. То, что раньше отыгрывалось в ролевых играх – обряды и ритуалы взросления, инициации, переход в среднюю и старшую школу – теперь становится сферой деятельности юристов.

*15-летний Ваня не любит соседку и одноклассницу Машу за большие габариты – «жирная». Кроме того, отец у Маши недавно умер от передозировки наркотиков. Ваня*

*рассказал о смерти Машиного отца в классе, за что получил от девочки в глаз. С чисто психологической точки зрения – закономерная, нормативная реакция. Насколько правильная этически, говорить не будем – к счастью, психолог не выносит морально оценочных суждений. В ответ Ваня ударил Машу по лицу, а директор школы поставила мальчика на внутришкольный учет. На этом детские дела заканчиваются, Ванины мамы и бабушки обращаются в комиссию по делам несовершеннолетних и приглашают адвоката: «Нашего ребенка оскорбили, спровоцировали, девочка из неблагополучной семьи, отец умер страшной смертью, Маша к мальчику неравнодушна…» Добавим, Ваня растет без отца, взрослого мужчины в доме нет. Комиссия направляет Ивана «для восстановления после психической травмы» к специалисту психологического центра, которого активные женщины пытаются втянуть в конфликт и привлечь на свою сторону. Приходя раз в неделю на прием к психологу, 15-летний подросток начинал рассказ о главных событиях, пока мы не виделись, словами: «Предприняты следующие действия, во вторник состоялся суд, присутствовали…» и прочее в том же духе. Агрессия перешла на другую ступень, превратившись из прямой физической в косвенную. Уровень ее не только не понизился, а наоборот стал выше.*

На сегодняшний день остро стоит проблема легитимизации агрессии. Иначе говоря, агрессоры уверены, что агрессия – норма поведения. Кто сильнее, тот и прав. История Вани с Машей – удачная демонстрация осознанных агрессивных тенденций. Активные мать и бабушка – дамы Ваниной семьи – абсолютно убеждены, сын-внук не сделал ничего дурного. Раз Машин отец наркоман, а сама она толстушка, ее можно обижать. Попытка девочки себя защитить воспринимается неадекватно: «Да кто она вообще, что посмела ответить». В представлении буллей – убежденных агрессоров – человек не имеет права на инаковость. Толстый, больной, старый или бедный (уязвимые по определению) рискуют стать отбросами общества. Вспомним показанное по центральному телевидению интервью с водителем, совершившим наезд на пешеходном переходе. Нарушитель оправдывал поступок тем, что пешеход «похож на бомжа». Словно бомжей давить можно. Иногда подростки не стесняются заявить преподавателю: «Я имею право ломать стулья, мои родители заплатят». Не секрет, грубость по отношению к учителю или учительнице – к сожалению, распространенное явление современной школьной жизни. Восьмиклассник на уроке геометрии в ответ на замечание учителя о дисциплине сказал: «Беспорядок, как и во всей стране. Что Вам не нравится?», только вместо слова «беспорядок» употребил более грубое выражение.

*К сожалению, инициатором агрессии может стать и учитель. В психологический центр обратился отец восьмиклассника Пети Иванова со следующей проблемой.*

*Классный руководитель попросила детей написать ответы на три вопроса: «как я отношусь к Пете Иванову?», «зачем я учусь?», «каким я буду родителем?» «Педагог» выдала отцу на руки (!) эти бумаги, которые по первому вопросу содержали оценочные суждения в нецензурной форме типа: «Иванов – редкостный урод. Я его ненавижу». Ориентируясь на мнение авторов книги «Комплексная гуманитарная экспертиза», полагаем, что подобный поступок классной руководительницы, мягко говоря, квалифицируется как непедагогичный. Специалисты говорят: «Позиция должна выражаться в корректных формах, не вызывающих вражду, рознь и нетерпимость и не исключающих мирного и толерантного сосуществования… оценка, облеченная в форму безапелляционно утверждаемой безусловной истины, делает какой-либо диалог невозможным и ведет к разжиганию розни» (Леонтьев, Иванченко, 2008, с. 65). Для полноты картины добавим, не написали ответ на первый вопрос только три девочки в классе – подруги Пети Иванова.*

Исторически люди долго шли к косвенной агрессии, формы жестокости и насилия развиваются вместе с человеком. Как справедливо пишет в последней книге «Нелинейное будущее» А.П. Назаретян, после Нюрнбергского процесса официальное объявление войны стало редкостью (2013). Сегодня американцы не национальные интересы лоббируют, не бомбят, а несут благо угнетенным народам, освобождают от «плохого» правительства. Закономерный вопрос: почему бы не позволить народам самостоятельно разобраться в собственных проблемах. Или другой тривиальный пример. Косвенная вербальная агрессия в виде сплетен и интриг присутствует в любой взрослой социальной группе, коллективе[4].

Нельзя недооценивать и двоякую роль СМИ. Почему двоякую? Целый ряд отечественных и зарубежных исследований указывают как на вредное влияние СМИ на характер детских страхов, так и на «заразность» жестокости посредством масс-медиа (*Берковиц*, 2001; *Прихожан*, 2010). Клинические психологи уже полвека говорят о расширении сферы своей деятельности в связи с информационными стрессами. Между тем, на протяжении последних десятилетий обычные школьники среди страхов стабильно называют войну, теракты, собственную смерть или смерть родителей (*Тимербулатов и др.*, 2008). Про «заразность» агрессии еще любопытнее. Эта животрепещущая тема волнует умы ученых со времен знаменитого Джека-Потрошителя. В конце XIX века французский социолог Г. Тард писал о преступлениях-имитациях, сообщая, что с распространением по телеграфу информации о жестоких преступлениях у чувствительных

[4] Если не так, то это результат правильной управленческой политики или грамотной психологической работы с коллективом и руководством.

людей рождаются опасные идеи, а некоторые напрямую копируют поведение преступника. Такой эффект имели убийства легендарного Джека-Потрошителя в Лондоне в 1888 году: «Менее чем через год в этом огромном городе было совершено целых восемь абсолютно идентичных преступлений. И это еще не все; затем последовало повторение этих преступлений за пределами… столицы (и за границей). Инфекционная эпидемия распространяется по воздуху или ветру; эпидемия преступлений идет по линиям телеграфа» (цит. по [*Берковиц*, 2001, стр. 242]). Спустя полстолетия, по анализу сводок Федерального бюро расследований по сорока американским городам, убийство президента Джона Кеннеди в 1963 году вызвало внезапный резкий всплеск жестоких преступлений в течение последующих нескольких месяцев. Интересно, что список ненасильственных преступлений – кражи со взломом, угоны автомобилей, воровство – не показал такого роста. Результаты наблюдений и особенно экспериментов неоднозначны. Л. Берковиц пишет: «По мнению общественности в целом и даже некоторых специалистов в области средств массовой информации, изображение насилия на кино- и телеэкране, на страницах газет и журналов имеет весьма незначительное влияние на зрительскую и читающую аудиторию. Также бытует мнение, что только дети и душевнобольные люди подвержены этому неопасному влиянию. Однако большинство ученых, изучавших медиа-эффекты, и те, кто внимательно ознакомился со специальной научной литературой, уверены в обратном» (2001, стр. 278). Автор делает два достаточно простых, но далекоидущих вывода:

- показ насилия и даже сообщение о нем увеличивает вероятность агрессивного поведения детей и взрослых – аудитории СМИ;
- психологические концепции находят факторы, которые могут усилить или ослабить потенциальную агрессию. Мы становимся злыми, когда нам плохо.

Ниже мы поговорим о концепции «фрустрация – агрессия» и ее современном звучании в приложении к российскому обществу.

**Взаимосвязь агрессивности и тревожности**

По мнению некоторых немецкоязычных авторов, рост подростковой агрессивности и жестокости отмечен и в достаточно экономически благополучных странах, к примеру, в Германии (*Walter et al.*, 2012). Тем не менее, агрессия более явно проявляется в реформирующихся странах, где активно идет процесс перераспределения ресурсов и социальных статусов (*Ениколопов*, 2012). Проблема социального неравенства, бедности и последствия этих социально-экономических феноменов для развития личности активно обсуждались на XV апрельской международной конференции по проблемам развития экономики и общества в ВШЭ. Названия докладов звучали: «Запрос населения на

государственную социальную поддержку…», «Адаптационное поведение домохозяйств в условиях макроэкономических шоков», «Ценностные установки российских бедных». Крупные или продолжительные социальные перемены связаны с нарушением традиционного уклада жизни и, как следствие, невозможностью удовлетворения потребности в идентичности. Состояние общества находит отражение в попытках людей, в том числе детей и подростков, любыми доступными способами повысить или сохранить свой статус. Л. Берковиц писал о стрессах, обусловленных бытовыми и экономическими причинами: «Представители “синих воротничков” часто набрасываются с кулаками на своих жен просто потому, что испытывают раздражение, вызванное нехваткой денег. Озлобленные невозможностью приобрести многие необходимые им и их семье вещи и испытывающие вызванные этим обстоятельством уколы самолюбия, они находятся в состоянии неустойчивого психического равновесия, которое легко может быть нарушено неосторожными поступками жены или детей» (*Берковиц*, 2001, с. 311). Бывший директор Центра им. В.П. Сербского, в 1996-1998 годы министр здравоохранения РФ, Т.Б. Дмитриева обращала внимание уже десять лет назад: «В Америке, как и у нас, есть супербогатые люди и есть люди абсолютно нищие. У людей те же страхи, потерять работу, страховку, сегодня иметь все, а завтра все потерять. В некотором смысле мы уже становимся похожими на Америку, разница лишь в уровне экономики» (*Кекелидзе, Макушкин*, 2011, с. 160). Попытаемся переформулировать классическую версию теории «фрустрация – агрессия». Человек ведет себя агрессивно, когда искренне считает, что с ним поступили несправедливо, либо оценивает поступки других людей как направленные персонально против него или его близких. Чувствующие себя подавленными и проигравшими люди начинают использовать агрессию и насилие для своего «освобождения» и возникает, соответственно, ответная агрессия для сохранения существующего положения вещей. Не всегда объективное и осознанное переживание невозможности удовлетворения потребностей ведет к наиболее вероятной реакции – агрессии. Иллюстрирует рисунок 3 шестнадцатилетнего юноши, уверенного, что «всего на всех не хватит, конкурентов надо уничтожить».

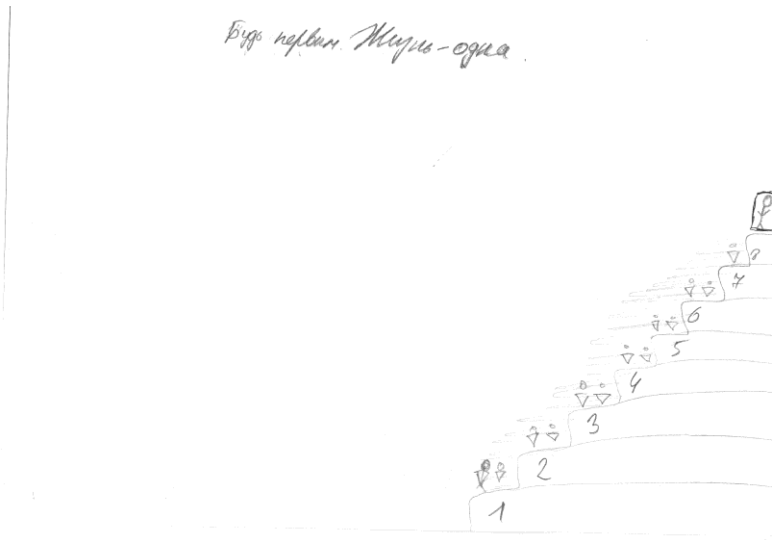



Рисунок 3. «Моя цель».

Фрустрации и оскорбления есть подстрекатели агрессии потому, что воспринимаются как угроза самооценке и образу Я. Таким образом, одни из основных мотивов совершения агрессивных действий – проблемы самооценки и образа Я в целом. В свою очередь, нарушениям самооценки и образа Я человека сопутствует повышенный уровень самооценочной и межличностной тревожности (*Бороздина*, 2011). Эти виды тревожности доступны количественной оценке и потому могут стать хорошим индикатором проблем образа Я (*Прихожан*, 2009).

При актуальном состоянии повышенной школьной, межличностной, самооценочной и даже магической тревожности возрастают враждебность, гнев и физическая агрессия подростков[5] (*Тарасова*, 2014а). Результаты статистически достоверны. Враждебность – негативная установка к другому человеку. Она выражена в неблагоприятной оценке жертвы и подразумевает готовность демонстрировать негативную оценку словесно или иным способом. Враждебность и агрессивность – факторы предрасположенности к агрессивному поведению, которое преломляется по-разному: физически, словесно, косвенно. Обычно есть межполовые различия: мальчики-подростки склонны к физической агрессии, а девочки-подростки – к враждебности. Тогда как гнев – эмоциональное состояние, порожденное внутренними физиологическими реакциями или неблагоприятными событиями. Большую роль в происхождении гнева играют возникающие мысли и воспоминания. Хотя гнев не «запускает» прямо агрессию, он, как правило, сопровождает побуждение напасть на жертву. Более гневные подростки более тревожны (см. рис. 4). Сходные картины тревожности получены и для враждебности, и для физической агрессии.

[5] Напомним, школьная, самооценочная, межличностная и магическая тревожность – шкалы методики А.М. Прихожан (2009).

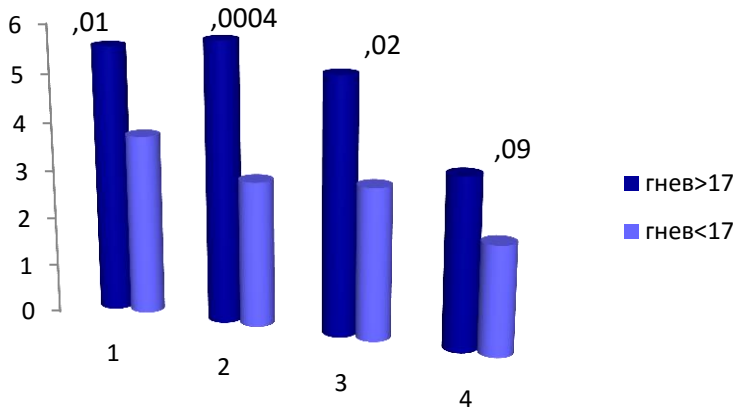



Рисунок 4. Величина уровней тревожности для подростков, разделенных на две группы по выраженности гнева: выше или ниже значения 17 баллов. Обозначения: по оси X – порядковые номера шкал тревожности: 1 – школьная тревожность, 2 – самооценочная тревожность, 3 – межличностная, 4 – магическая; по оси Y – показатели выраженности тревожности. Цифрами над столбцами отмечены уровни значимости.

Тревожны и булли (агрессоры), и их жертвы. Жертвами как агрессоров, так и «наблюдателей» – пассивных агрессоров – нередко становятся «неадекватно спокойные» дети и подростки. «Отверженные» стабильно тревожны[6], высоковраждебны и агрессивны в поведении. В дальнейшем имеют шанс превратиться в агрессоров. Приведем высказывания «отверженных» из методики «незаконченные предложения»: «Мне больше всего хотелось бы, чтобы меня никто не обзывал», «Я считаю, что большинство ребят относится ко мне неуважительно», «Если бы я сделался невидимым, я бы украл деньги у правительства и раздал нищим поровну», «Мои три заветных желания: поступить в Оксфорд, стать президентом Газпрома, стать влиятельным человеком». Добавим, претензии сверстников к «отверженным» носят выраженный меркантильный характер: «У тебя сегодня та же рубашка, что и вчера», «Мы живем на Остоженке, а ты не на Остоженке». Опишем случай. Симпатичный внешне мальчик Максим из интеллигентной семьи, читает книги, хочет стать ветеринаром, как Дж. Хэрриот. Подвергался систематической травле со стороны трех девочек, достаточно хитрых, чтобы скрывать факт травли от учителей. Именно ему периодически говорили, что он бедно живет: плохо одет, квартира не в центре города и т.д. Известен феномен кумуляции аффекта, недавно подросток стащил из школьного гардероба и спрятал дорогую верхнюю одежду своих обидчиц, заставив их побегать по школе и поволноваться. Небольшой нюанс: многие учителя в глубине души принимали сторону Максима и несколько злорадствовали.

Булли (агрессоры) также демонстрируют конкретные страхи. Они связаны с подтверждением относительно высокого (не «звезды», но и не «отверженные») статуса в

[6] В разделе 2.2. о неадекватно спокойных детях мы писали, что их тревожность является бессознательной, скрытой. Тревожность может переходить из явной в скрытую и наоборот.

коллективе. Покажем примеры завершенных предложений: «Мне больше всего хотелось бы быть умной, чтобы не обижали»; «Мне больше всего хотелось бы часы за 120 тысяч рублей. Боюсь, у меня не будет друзей».

ВОЗ предлагает комплексную, экологическую модель агрессии и насилия. У нее четыре уровня. Первый – личностный – ориентирован на психологические и физиологические факторы риска агрессивного поведения. Например, традиционно выделяют тип личности А – реактивно-агрессивную, с сильным духом соперничества, конкуренции. Второй уровень – взаимоотношения – рассматривает агрессию в семье, недостаток родительского тепла, травматический опыт расставания родителей и т.п. По нашим консультативным наблюдениям, довольно часто мало конструктивного внимания родители уделяют детям в, казалось бы, благополучных, внешне респектабельных семьях. Практические психологи регулярно слышат в ответ на рекомендацию уделять внимание сыну или дочери: «Я работаю, надо семью кормить». Причем, речь не идет о семьях с подушевым доходом 20 - 30 тысяч рублей. Иной раз проще купить дорогой телефон, iPad, чем вдумчиво беседовать и искренне интересоваться делами подросшего чада. В такой семье человек чувствует себя одиноким, не смотря на массу дорогих «игрушек». Третий уровень экологической модели – социально-психологический. Частые переезды с одного места жительства на другое, особенно связанные с угрозой жизни и здоровью, недоступность качественного образования, фрустрации в ответ на несправедливое отношение, наличие оружия при отсутствии культуры обращения с ним – вот факторы риска социально-психологического плана. И четвертый уровень – принятые в обществе культурные нормы. Трансляция норм, считающих приемлемыми агрессию для разрешения споров и конфликтов, автоматически ведет к росту жестокости в обществе. Но это не единственный вариант. Агрессия может «перенаправиться» вовнутрь личности, увеличивается риск суицидального поведения.

**Резюме. Признаки тревожности**

Итак, тревожность проявляется по-разному. Ее основные признаки: перфекционизм, странное поведение или чрезмерная замкнутость, психосоматические проявления, наконец, агрессия.

Дезадаптивные перфекционисты пользуются популярностью в классе. Их ценят и ставят в пример учителя, особенно в начальной школе. Те же педагоги отмечают у них высокий страх ошибки, чаще в публичных ситуациях. Эти дети и подростки боятся утратить высокий статус в социальной группе. Сами обращаются за помощью к психологу, особенно в каких-либо конфликтных случаях: «Помогите вернуть пошатнувшееся лидерство». В индивидуальной беседе жалуются на постоянные

мучительные сомнения в своем успехе, на то, что достижения не приносят большой (а-то и никакой!) радости. Кроме того, к подростковому возрасту ученицы этой группы риска могут иметь пищевые нарушения, связанные с недовольством собственной внешностью. Они любят готовить еду, угощать родственников и знакомых, с удовольствием рассказывают об этом, однако сами едят чрезвычайно мало.

Отличительная особенность учеников второй группы риска, неадекватно спокойных, – необычное, странное поведение. Вероятные формы проявления: безразличие к значимым событиям, чрезмерная лень, излишняя мечтательность, замкнутость, агрессия и др. Например, гримасничают, фотографируют на мобильный телефон и демонстрируют сотоварищам. С ними не хотят общаться, сидеть за одной партой, дружить. По итогам социометрии это «изгои» или «отверженные». В младших классах измерения при помощи шкалы CMAS свидетельствуют о состоянии «неадекватного спокойствия». К пубертату неосознанная тревожность может становиться явной – и ее «улавливают» психологические опросники. Например, было 1 - 2 стена, а стало 9 - 10, при этом средние нормативные значения у таких детей и подростков никогда не фиксируются. К старшей школе поведение все более эксцентрично, иногда формируется шизоидная акцентуация характера или психопатия. По нашим наблюдениям, в семьях неадекватно спокойных доминирует попустительский стиль воспитания. Нередко уже на момент поступления в школу врачи диагносцируют невротическое развитие личности, астено-невротические реакции, атопический дерматит и пр.

Психосоматические симптомы сопровождают и дезадаптивных перфекционистов, и неадекватно спокойных школьников. Страдают сердечно-сосудистая, эндокринная системы, желудочно-кишечный тракт. Начиная с предподросткового возраста, могут быть головные боли по типу обруча. Отдельные психосоматические проявления, еще не сложившиеся в очевидную картину, – тоже признаки тревожности. Внезапное головокружение, рези в животе, учащенное сердцебиение, – сигналы обратить на ребенка внимание.

Агрессия – едва ли не самый яркий признак тревожности. С одной стороны – защитная агрессия неадекватно спокойных. Страдая от пренебрежения ровесников, они становятся «вдруг», неожиданно для окружающих эксцентрично агрессивны. С другой стороны – те, кого в целом устраивает существующее положение дел. Однако кто-то попытался изменить ситуацию: и «пошатнувшееся лидерство приводит в бешенство». Межполовые различия не в пользу слабого пола. Девочки более агрессивны, и их агрессия носит гораздо более изощренные формы: не просто грязный площадный мат, а хитрые сплетни и интриги.

При всем многообразии картин тревоги, объединяет этих детей и подростков необходимость психологической помощи.