



ВОСПРИЯТИЕ ПОДРОСТКАМИ ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЙ, СПОСОБОВ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ И ПОМОГАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ ВЗРОСЛОГО

**А. ФОМИНОВА,
В. МИКУЛЬСКАЯ**

Современный подросток живёт в мире, сложном по своему содержанию и тенденциям социализации. Это связано с высоким темпом социальных преобразований; с рассогласованными требованиями, предъявляемыми к подрастающему поколению; с насыщенным характером информации, глубинно воздействующей на подростка, у которого ещё не выработано чёткой жизненной позиции. При этом у молодых людей развивается чувство протеста, часто неосознанного, что отражается на их восприятии окружающего мира, на их отношении к действительности и поведению.

Многие типичные ситуации своей жизни подростки воспринимают как проблемные, трудные, вызывающие стрессовое состояние.

В *подростковом возрасте* проблемные ситуации связаны с фрустрацией шести основных потребностей:

- физиологической, запускающей физическую и сексуальную активность;
- в безопасности, реализующуюся через принадлежность к группе;
- в независимости от семьи;
- в привязанности;
- в успехе;
- в развитии собственного Я.

Понимание родителями и учителями особенностей восприятия подростком ситуаций своей жизни помогают взрослым сориентироваться, в каком направлении, а главное — каким способом можно оказать подростку помощь и поддержку.

Поэтому *целью* нашего исследования было выявить те жизненные ситуации, которые современный подросток воспринимает, как *трудные*.

ТРУДНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СИТУАЦИЯ

Термин «**трудная жизненная ситуация**» относится к числу наиболее часто употребляемых терминов в психологической и психотерапевтической литературе. Однако нет чёткого определения этого понятия, авторы, использующие его в своих работах, подчёркивают содержательность, а именно:

- нарушение привычного образа жизни;
- рассогласование между потребностями человека, его возможностями и условиями деятельности;
- необходимость серьёзной внутренней работы и внешней поддержки для адаптации в новой жизненной ситуации.





Ссылаясь на классификацию зарубежных исследователей, Л.И. Анцыферова выделяет три основных вида жизненных трудностей: — повседневные неприятности; — негативные события, связанные с различными возрастными периодами; — непредвиденные несчастья и горести¹.

Н.Г. Осухова при конкретизации термина «трудная жизненная ситуация» обращается к Федеральному закону «Об основах социального обслуживания населения», принятый Государственной думой РФ 15 ноября 1995 г.

В нём трудная жизненная ситуация понимается как ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (неспособность к самообслуживанию в связи с преклонным возрастом, болезнью, сиротство, безработица, отсутствие определённого места жительства, конфликты и жестокое обращение в семье, одиночество и т.п.), которую он не может преодолеть самостоятельно².

Когда мы говорим о трудной жизненной ситуации, то сразу возникает вопрос о возможностях и способах справиться человеку с этой ситуацией.

Со второй половины XX века развивается интерес психологов-исследователей и практиков к проблеме «совладающего» поведения. Понятие «совладание» — калька с английского «coping with» (преодоление, совладание). В трактовке Р. Лазаруса и С. Фолкмана совладание с жизненными трудностями связано с постоянным изменением когнитивных и поведенческих усилий человека «с целью управления специфическими внешними и внутренними требованиями, которые оцениваются им как подвергающие его испытанию или превышающие его ресурсы».

Несмотря на то что любая трудная для человека ситуация — это индивидуальный феномен, в каждом возрастном периоде наблюдаются свои особенности восприятия ситуации как «трудной», свои особенности в способах преодоления этих ситуаций.

Актуальность изучения стратегий преодоления связана с тем, что в процессе преодоления жизненных трудностей в каждом возрастном периоде человек может как приобрести новый опыт, расширить диапазон поведенческого репертуара, так и проявить неадекватность своего поведения, влияющую на адаптивную способность человека.

Исходя из проблемности восприятия жизненных ситуаций как трудных, а также способов совладания с этими ситуациями современными подростками, акцент в составлении авторской анкеты был сделан именно на эти аспекты — восприятие ситуации как трудной; способы совладания.

ИССЛЕДОВАНИЕ И ЕГО РЕЗУЛЬТАТЫ

В нашем исследовании участвовали старшие подростки трех учебных заведений г. Москвы:

- средней школы;
- гимназии;
- учебного заведения дополнительного образования (всего 68 человек).

Для исследования восприятия старшими подростками трудных жизненных ситуаций на основании пилотажных исследований и анализа результатов индивидуальных психологических консультаций подростков была разработана анкета:

1. Какие ситуации своей жизни вы рассматриваете как трудные? Перечислите.
2. Как часто вы нуждаетесь в помощи взрослого (обозначьте на шкале по мере усиления данной потребности)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

3. В чём конкретно эта помощь может быть выражена?
4. На чьё поведение в трудных ситуациях вы можете ориентироваться? (кто-то из родственников, близкие люди; знакомые взрослые; друзья и сверстники; реальные люди, о которых вы читали; герои книг; герои фильмов; кто-то ещё...)
5. Какие навыки вы используете, чтобы справляться с трудными ситуациями.

1 Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. -1994. — Том 15. — № 1. С. 3–19.

2 Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. — М., 2005.



Анализируя результаты исследований, мы прежде всего обратили внимание на иерархию трудных ситуаций в восприятии подростков. Сразу отметим, что в работах подростков чаще встречались ситуации «повседневных трудностей». Те подростки, которые отмечали как трудные ситуации непредвиденные несчастья (потерю близких, тяжёлую болезнь близких), как правило, уже больше ничего не перечисляли.

Можно отметить, что на первых местах стоят ситуации **конфликтного взаимодействия и учебные трудности**. Рассмотрим некоторые психолого-педагогические аспекты этих ситуаций.

Подростковый возраст связан с интенсивным межличностным общением, прояснением своей роли в сообществе сверстников. В этот период происходят кардинальные изменения в детско-родительских взаимодействиях, у многих старшеклассников ещё выражен кризис самостоятельности. Подростки отмечают как трудные жизненные ситуации:

- ссоры с родителями;
- непонимание родителями своего ребёнка;
- конфликты с учителями;
- предательство друга;
- конфликты со сверстниками;
- травлю в школе;
- семейные ссоры;
- развод родителей, вызывающий разлад отношений, и т.п.

На основании практического опыта взаимодействия педагогов, психологов с подростками данных исследований, житейской мудрости с уверенностью можно говорить о высокой ответственности взрослого человека в конфликте с подростком. Родитель, учитель — это определённые социальные роли. Несмотря на эмоции, захватывающие взрослого человека в ситуации конфликтного взаимодействия с подростком, именно он обладатель опыта, знания, навыков, ещё, может быть, не понятых и не освоенных подростком.

Обратим внимание на следующую ситуацию, обозначенную подростками как трудная. Под **школьными трудностями** имеется ввиду весь комплекс школьных проблем, которые могут возникнуть у ребёнка в связи с обучением в школе. Адаптацию человека в определённую социальную среду следует рассматривать как минимум в двух аспектах: производственном (как субъекта какой-то деятельности, которой занимается данная группа людей) и социально-психологическом (как члена этой группы, коллектива, находящихся в постоянном неформальном общении).

Производственная адаптация для школьника — это определённый уровень обладания учебными навыками, проявления субъективного чувства удовлетворённости учебной деятельностью, собственной успешностью, уверенностью в своих силах справиться с учебной задачей. Именно эта трудность

Таблица 1

Восприятие подростками жизненных ситуаций как трудных (в порядке убывания)

№	Ситуация	Кол-во выборов
1	Конфликтные отношения с близкими (родители, братья, сёстры, друзья), непонимание близкими	42 (32,5%)
2	Учебные трудности:(неуспеваемость) и учебные стрессы (страх экзаменов, контрольных по определённым предметам)	(21,7%) 16 (12,4%) +12 (9,3%)
3	Смерть близких людей, тяжёлая болезнь	22 (17%)
4	Отрицание наличия трудных ситуаций	17 (13,2%)
5	Семейные трудности (развод родителей, материальные и бытовые проблемы)	15 (11,6%)
6	Ситуации непредвиденного стресса (неожидаемые события)	5 (3,8%)
	ВСЕГО ОПИСАНО СИТУАЦИЙ	129 (100%)

¹ Вишневская К. В поисках синего зайца// Лит. Газета, 2015, №15.





в наших исследованиях заняла второе место, опосредованно связываясь с переживаниями насчёт сдачи различных экзаменов и стрессами контрольных работ.

В сфере этих переживаний старшеклассников по поводу собственного несоответствия требованиям школы приводят в радостное смятение такие высказывания педагогов, как слова академика Е. Ямбурга, директора Центра образования № 109 о том, что «...не ученик повинен «укладываться» в прокрустово ложе учебного заведения, а заведение обязано учитывать все грани дарований, отпущенных ребёнку Богом и Природой».¹

На третье место по ранжированию трудных ситуаций старшеклассниками вышло наиболее травматичное событие — **смерть близкого человека** (кого-то из родителей, бабушки, близкого родственника, подруги).

Считается, что потери являются неотъемлемой частью жизни человека, это процесс естественный и в большинстве случаев человек переживает его без профессиональной помощи. Однако важно всегда помнить об уязвимости человеческой психики в периоды потрясений. Очень сильно возрастает роль пусть не профессиональной помощи, но обязательно поддержки со стороны окружающих людей, так как внутренние ресурсы человека в это время могут быть парализованы. Если речь идёт о ребёнке и подростке, столкнувшимся со смертью близкого человека, то ситуация осложняется ещё и тем, что может произойти серьёзный сбой в становлении его характера, развитии его личности.

В подростковом возрасте ребёнок осознаёт смерть в той же мере, что и взрослый человек, однако остаются существенные различия в отношении к смерти и в переживании утраты. Подростков пугает тот тип горевания по поводу смерти близкого человека, который бывает у взрослых. Их внешнее поведение и реакция на утрату значительно отличаются от поведения и реакций скорбящего взрослого. В период утраты близкого человека у подростков могут возникнуть самые разнообразные негативные переживания.

Характерные реакции детей и подростков, потерявших близких:

- неспособность поддерживать процесс горевания;
- массивное использование отрицания горя;
- поиск замещающих объектов (это могут быть родственники, учителя, соседи);
- одновременное (явное или незаметное) образование симптомов и нарастающие искажения характера.

У подростков возникает целая гамма чувств — от недоумения до чувства бессилия перед жизненными ситуациями, которые не находят выхода, а иногда не находят понимания и принятия.

С наименьшими психологическими проблемами сталкиваются те дети, в семьях которых взрослые как должно относятся к происшедшему трагическому событию: **говорят о нём с детьми, не замыкаются в себе и не дают замкнуться в себе ребёнку.**

КАКУЮ ПОМОЩЬ ЖДУТ ПОДРОСТКИ, И КАКИМ ОБРАЗОМ ВЗРОСЛЫЕ МОГУТ ЭТУ ПОМОЩЬ ОСУЩЕСТВИТЬ

А теперь обратим внимание на то, какой **помощи** ждут подростки от взрослых. Большинство опрошенных подростков продемонстрировали готовность принимать помощь взрослых в трудной ситуации и определённую потребность в такой помощи (90%).

Оценивая возможные формы помощи взрослых в трудных ситуациях (116 ответов), большинство подростков указали в качестве такой формы *совет* (45% ответа). Эта форма помощи в ответах абсолютно преобладает.

Из других относительно частых формулировок желательной помощи были указаны:

- разговор — 13,7%;
- поддержка (без уточнения) — 12,9%;
- материальная помощь — 10,3%;
- выслушивание — 6%;
- помощь в учёбе (объяснение непонятого, репетиторы) — 5%;
- анализ проблем — 3,4%;
- физическое присутствие — 3,4%.

¹ Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. — СПб.Изд. «Питер», 2000, С. 434



Опираясь на работы по исследованию совладающего поведения людей в различных трудных ситуациях, обращается внимание на следующие *базисные стратегии*:

- 1 — разрешение проблемных ситуаций;
- 2 — эмоциональная саморегуляция;
- 3 — *поиск социальной поддержки*.

Как мы заметили, наиболее часто подростки отмечают, что им важен **совет** взрослого, беседа, моральная поддержка в трудной ситуации. В классификациях методов родительского контроля, описанных Ф. Райсом, можно обратить внимание на такой метод, как **индукция, ориентированная на самого подростка**, так как он подходит под такие потребности подростка в помощи, как совет, разговор, анализ ситуации, моральная поддержка. Суть этого метода в том, что, готовя подростка к самостоятельному выбору в какой-либо сложной ситуации, родители рассказывают ему и обсуждают с ним возможные выгоды и невыгоды того или иного поведения.

Исследования показали, что те родители и подростки, которые чаще обмениваются мнениями, мыслями и информацией, чаще преуспевают в разрешении конфликтных ситуаций¹.

Можно сказать, что **беседа**, помогающая переосмыслить ситуацию напряжения, нормализовать эмоции, повысить самооценку, может быть названа **терапевтической**. В такой беседе присутствует *эмоциональная поддержка* подростка, а также может выполнять значимую роль для нормализации состояния и обозначения путей выхода из ситуации *когнитивный* компонент беседы, связанный с активизацией мышления подростка.

Во время беседы по тревожащим факторам (экзамены, контрольные) можно предложить подростку приём **«шкалирования»**, который поможет сделать замеры чувств, устойчивости установки по 10-балльной или 100-балльной системе измерения:

- «На сколько баллов выражен твой страх перед контрольной работой?»
- «А сколько баллов, по-твоему, было бы связано с нормальной тревогой?»
- «На сколько баллов ты хотел бы снизить тревогу?»
- «Как думаешь, каким образом это можно сделать?»

И вот уже подросток начинает рассуждать, а взрослый может вспомнить свой опыт и дополнить способы совладания с тревогой:

- снизить значимость;
- наметить план подготовки и следовать ему;
- отмечать ежедневно успехи в подготовке;
- при необходимости обратиться за помощью к учителю, товарищам.

В беседе с подростком можно использовать метод исследования угрожающих последствий (**«декатострофизации»**). «Что самое страшное может произойти, если...?» Эти обсуждения помогают подростку более спокойно и реалистично посмотреть на жизненные ситуации, отойти от восприятия жизненных событий через фильтр «всё или ничего», заранее наметить пути исправления результатов какой-то учебной работы.

Метод **самоинструктажа**, когда человек сам себе даёт чёткие указания, инструкции в сложной ситуации, можно обсудить с подростком, приводя примеры из собственной жизни, а также попросив его вспомнить ситуацию, когда он тоже это делал. Важно отметить, что чёткие словесные установки могут впоследствии стать частью поведенческого репертуара подростка. Например: «Пока я сохраняю спокойствие, я контролирую ситуацию»; «Это тоже выполнимо. Помни о чувстве юмора» и т.д.

Достаточно часто подростки ждут от взрослого позитивных эмоций, **юмористической** оценки ситуации, кажущейся им безвыходной. Об этом писали в нашем исследовании и ученики, об этом пишут и студенты, вспоминая значимые ситуации в школьной жизни. С.Я. Маршак, вспоминая своего любимого учителя Владимира Ивановича Тёплых, восклицал: «А как умеет он радовать нас метким, шутовым словом, весёлой, чуть лукавой улыбкой!» Юмор помогает взрослому человеку высветить свои иррациональные убеждения в безопасной манере, облегчает сверхсерьёзность многих трудностей обучения и межличностного взаимодействия. Например, анекдоты и смешные картинки про экзамены помогают дистанцироваться от собственного страха.

А всегда ли нужна помощь?





Несмотря на то, что роль поддержки близкого человека значима в нашей жизни, возникает вопрос о развитии самостоятельности взрослого человека при решении жизненных проблем. Постоянное ожидание помощи и поддержки может сделать подростка зависимым от других людей, сформировать у него «выученную беспомощность». Важнейшую роль в формировании у ребёнка и подростка выученной беспомощности играет семья, когда стиль воспитания таков, что ребёнок не может *ощутить контроль* под происходящими событиями, в том числе и изменением своего отношения и поведения в сложных ситуациях¹.

Обращает на себя внимание тот факт, что 10% подростков на вопрос: «Как часто вы нуждаетесь в поддержке взрослого в трудной ситуации?» — отметили низший уровень этой потребности: «0» (не нуждаюсь). Однако в следующем вопросе о формах помощи все подростки, (кроме одного, написавшего «в отсутствии помощи») писали о «моральной поддержке», «разговорах по душам», по-видимому, не считая это помощью.

Описание успешного *самостоятельного преодоления* жизненных трудностей представляет особый интерес. Эффективные решения жизненных трудностей, с которыми мы сталкиваемся на практике и которые описаны в психологической и художественной литературе, могут послужить основой для изучения механизмов «спонтанного излечения», механизмов активизации внутренних ресурсов человека.

К каким же самостоятельным стратегиям и тактикам совладания приходят подростки?

В старшем подростковом возрасте возникают **философские взгляды** на жизнь и окружающий мир, которые помогают более спокойно и реалистично относиться к существующим проблемам и напряжённым ситуациям.

Нами были выписаны следующие высказывания подростков, участвовавших в исследовании, подходящие под эту категорию:

- «я понял, что в жизни всё меняется и уходит, и это нормально»;
- «понял, что почти всё можно исправить»;
- «без проблем нет жизни, как и без радости»;
- «научился ценить то, что есть»;
- «действительность не книга: не придёт волшебник и не поможет в любой ситуации»;
- «есть такие эмоции, которые перекрывают весь негатив жизни»;
- «надо уметь ловить веселье каждый день».

Вера в Бога, в судьбу отмечается некоторыми подростками как значимый аспект совладания с трудными ситуациями:

- «помогает молитва»;
- «всё, что предназначено, — произойдёт, не надо идти против судьбы».

Понимание себя и вера в собственные силы становятся мощной опорой для некоторых подростков:

- «я стараюсь быть собой в любых ситуациях»;
- «я решаю ситуации на основании своих знаний»;
- «мне помогает мой опыт»; «полагаюсь на себя, идеала нет»;
- «помогают сила духа и воля»;
- «после переезда в Москву набрался решительности»;
- «научился проблемы решать, а не избегать»;
- «надеюсь только на себя».

Большое значение придаётся **когнитивным навыкам**:

- «смекалка может очень пригодиться в трудных ситуациях»;
- «анализирую последствия ситуации, а потом что-то предпринимаю»;
- «необходимы знания»;
- «хитрость важна» и т. п.

В своих работах некоторые подростки отмечают развитие **навыков саморегуляции** эмоций и поведения, которые помогают справляться со стрессовыми ситуациями:

- научился справляться со страхом контрольных работ»;

¹ Циринг, Д. А. Психология личностной беспомощности: исследование уровней субъектности / Д. А. Циринг. — М.: Академия, 2010. — 410 с.



- научился вести себя ответственно, и это помогает;
- научился сдерживать эмоции;
- понял, что школа — это не вечно, и стал спокойнее;
- научился действовать осознанно;
- научился контролировать ситуации;
- научился выражать чувства с помощью рисунка.

Подростками отмечаются определённые **взгляды на общение, взаимодействие** людей, которые помогают справиться, пережить трудности. Важно отметить существование явно противоположных установок учащихся на межличностные отношения, которые возникли на основе переживаний различных трудных ситуаций. С одной стороны:

- «нельзя привязываться к людям и очень доверять»;
- «люди не всегда необходимы»;
- «научился молчать»;
- «поняла, что любовь может быть жестока»;
- «не обязательно нравиться людям, неважным для тебя».

С другой стороны: «важно дорожить близкими людьми»; «научился изменять отношение к учителям»; «научился терпению в общении — это нужно»; «каждый человек — уникален».

Обобщая эти данные, можно сказать, что в подростковом возрасте возможна выработка системы противостояния трудным ситуациям жизни по всем направлениям развития — интеллектуальной, эмоциональной, поведенческой составляющим личности подростка.

Школьные знания как опора в трудных жизненных ситуациях

На вопрос: «Помогают ли знания, полученные в школе?» — были получены следующие ответы:

- безусловно, помогают — 45%;
- иногда помогают — 14%;
- редко, не очень — 15,4%;
- безусловно, нет — 25%.

Конечно, по прошествии времени этими учениками будет произведена переоценка того опыта, который они получили в школьной жизни. Во многом школа будет связана с личностями учителей, роль которых в развитии способности человека справиться с жизненными трудностями, несомненно, велика.

Как некоторый ответ на вопрос о том, как школьные преподаватели помогают ученикам научиться справляться с жизненными трудностями, могут рассматриваться эссе студентов 3 курса факультета педагогики и психологии МПГУ на тему «Кого вы вспоминаете из школьных учителей и почему?» С «высоты» своего возраста и понимания значимости различных факторов, помогающих адаптироваться в непростых ситуациях жизни, преодолевать трудности учёбы, студенты (36 человек) отметили важную роль некоторых учителей вот по каким причинам:

1. С их помощью получили хорошие **знания** по определённым предметам и выработали **отношение** к определённым сферам знания. Например, «учительница по математике дала много знаний, привила любовь к математике, была она строгая, но справедливая, а мне тогда это надо было»; «учительница английского языка дала колоссальное знание языка»; «научила любить книгу»; и т.д.;
2. Учитель заложил **значимость личностного отношения** к своим ученикам. Например, «каждому на день рождения дарила шоколадку «Аленка»:
 - подбирала стихи очень близкий имениннику»;
 - рассказывала интересные примеры из своей жизни»;
 - передача личного опыта»;
 - на верила в меня», «поддерживала меня в непростых ситуациях»;
 - хвалила меня, что было для меня важно».
3. Учитель проявлял **личностные свойства**, которые были важны для становления психики подростка:
 - была весёлая и даже позитивная, что не всегда встречается в школе»;
 - отличалась замечательным чувством юмора»;
 - была справедливая»;
 - добрая и чуткая.
4. Благодаря учителю были выработаны значимые **навыки**. Например:
 - организовывать себя», «привила навыки ведения тетрадей для объяснения правил правописания, сейчас помогает мне в репетиторстве»;





- «помогла использовать правила науки в жизни»;
- «помог физически развиваться»;
- «научил распределять время»;
- «помогала навыкам снимать напряжение на сложных занятиях».

Однако в подростковом возрасте достаточно часто значимость помощи взрослого снижается. Поэтому иногда взрослому человеку стоит сконцентрироваться на **опосредованной помощи** подросткам.

Как источник **моделей поведения**, которые можно было бы перенять в трудных ситуациях, подростки в большинстве случаев указали лично знакомых им *реальных людей* — 73 ответа. В числе этих людей 48% — модель поведения родителей, 16,4% — друзья, 5,4% — старшие сёстры или братья. Реальные люди, известные из СМИ, составляют 27% (без конкретизации).

Обращает на себя внимание факт значимой роли для подростков образов героев книг (22%) и фильмов (30%), которые предлагают определённую манеру взаимодействия в конфликтах, преодоление трудностей жизни физического и морального плана.

Помощь, которую часто неосознанно всё-таки ждут дети, может быть опосредована книгами, фильмами, цитатами, фактами исторического прошлого и настоящего, которые вызывают эмоциональный отклик, сопереживание, перенос значимых выводов на собственную жизненную ситуацию. Поэтому давайте обратим внимание на библиотерапию, обращение к киношедеврам для подростков, значимую информацию о великих людях прошлого и современности как опосре-

дованную информационную помощь подростку в трудной ситуации. Через идентификацию с героями складываются установки на жизнь, установки на поведение в трудной ситуации. Модель героя может помочь подростку обратить внимание на то, что важно для сегодняшней жизненной ситуации, но отсутствует в его поведенческом репертуаре. Способность к опосредованной помощи — это уже вопрос к взрослому, его творческому отношению к жизни, осведомлённости и пониманию проблемы своего подопечного.

А моральная поддержка, которую ждут подростки прежде всего через приятие, доверие и эмоциональную открытость, связана уже с тем личностным и эмоциональным ресурсом, которым обладает взрослый человек — родитель, учитель, а может, просто прохожий...

«Сколько мальчиков и девочек должны погибнуть, чтобы мамы и папы поняли: надо учиться общению с собственными детьми! Ребёнок одинок. Взрослые, почему-то как один забывшие своё детство, не представляют, как ему трудно жить! Какими бы они ни были другими, они похожи на нас, и им не хватает того же, чего и нам — внимания и понимания», — пишет Наталья Яковлева в статье Литературной газеты «Шаг из окна», анализируя статистику подростковых суицидов, а также переживания своей юности по поводу невнимания к себе со стороны своих родителей. «Они были сельскими учителями, очень уважаемыми людьми, которые старались понять и выслушать всех... кроме собственной дочери. Наверное, они всё же любили меня. Только я об этом не знала...».