



ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ

Е. Пятаков

Подросток и смысл жизни.
Ещё одна попытка ответа

91 - 106

ПОДРОСТОК И СМЫСЛ ЖИЗНИ. ЕЩЁ ОДНА ПОПЫТКА ОТВЕТА

Е. ПЯТАКОВ

О том, чем отличается человек от животного, говорится много и давно. Умозрительные споры не утихают и сегодня. Однако один простейший эксперимент наглядно демонстрирует одно из таких различий. Оно заключается в том, что человеку для счастья нужен СМЫСЛ жизни (как он сам его обычно называет). Без него он быстро начинает тосковать и «пускаться во все тяжкие» несмотря на самые благоприятные условия физического существования. И это в отличие от большинства животных, которые могут сколько угодно наслаждаться сытой и физически обеспеченной жизнью, не проявляя видимых признаков беспокойства.

Пример: большинство людей, проведших на морском курорте в состоянии блаженного «ничего неделания» больше двух недель, начинают «беситься от скуки», искать «приключений», нарываться на неприятности и даже «хотеть на работу».

Таким образом, можно утверждать, что такое явление, как потребность в смысле жизни существует как реальное психологическое и духовное явление, хотя над его чётким определением учёные и философы бьются не один век. Попробуем же и мы внести свою маленькую лепту в давний спор (а чем мы хуже?). Правда, постараемся, чтобы от нашей лепты была не только теоретическая, но и практическая польза. Для кого? Для того, кто острее всех нуждается в ответе на вопрос: в чём смысл жизни?





Для подростков и юношей, пытающихся выбрать свой дальнейший жизненный путь. Для родителей и педагогов, старающихся дать им ответ. Для взрослых людей, оказавшихся на очередном «перекрёстке судьбы».

Сразу отметим, что мы не собираемся давать готовых ответов. Мы только попробуем помочь посмотреть на проблему с малоизвестной точки зрения, благодаря которой каждый человек сможет найти свой смысл, непохожий на смыслы других. Самое интересное в том, что наше «открытие» вовсе не является чем-то новым. Оно известно многим «простым» людям на интуитивном уровне (а уж профессионалам-психологам — на вполне осознанном). Поэтому мы надеемся, что понимание наших идей не будет особенно сложным.

Зачем им «дался» этот смысл?

Когда-то ребёнок изводил взрослых вопросом «ПОЧЕМУ?» (почему птицы летают и не падают? почему камень тонет, а дерево плавает? и т.д). Для последних это явление было сущим наказанием. Тем не менее оно имело глубокий природный смысл — ребёнок, достигнув определённого уровня зрелости, в срочном порядке познавал закономерности окружающего материального мира и формировал пусть небольшое и упрощённое, но целостное мировоззрение, которое в дальнейшем спокойно дополнялось новыми знаниями.

Краткий и бурный период «почемукания» проходит, проходит и период затишья. И вот на пороге от детства к взрослости этот «кошмар» начинается вновь — но уже на ином качественном уровне. Ведь теперь человека волнует уже не то, как устроен относительно простой материальный мир вокруг, а то, как «работает» мир социальный — намного более запутанный, многообразный и сложный (и в котором скоро предстоит жить самостоятельно). Вопросов возникает много. Но главный — квинтиссенция всех прочих — ЗАЧЕМ жить (или говоря подростковым языком, «нафига париться», чего ради). Из этого вопроса проистекают все прочие — более простые: чем заниматься, с кем общаться, чему учиться и к чему стремиться (и стремиться ли вообще). Решить эти вопросы силами одного лишь сознательного разума и воли невозможно. Слишком их много. Поэтому на помощь, как и в период «почемукания», приходит природа, дающая человеку огромный запас энергии и инстинктивное стремление что-то менять и делать по-своему. Однако, как и всякая природная стихия, эта сила слепа, её нужно направлять, чтобы она не пошла по пути наименьшего сопротивления и не привела «протестующую личность» к деградации, банальной уголовщине, секте, наркозависимости, а то и вовсе к самоубийству.

[83 - 90]
Исследования
и эксперименты

92

Ну почему всё так сложно?

Когда вопрос о смысле жизни начинает обсуждаться между поколениями «отцов и детей», часто возникает недопонимание. При этом взаимные упреки можно условно разделить на следующие группы.

«Отцы» в отношении «детей»:

- Им нереально что-либо объяснить, им хочется, чтобы всё было просто и однозначно, как «раз-два-три», а это невозможно. Жизнь слишком сложна.
- Они не понимают разницу между идеалом и реальностью. Они, не «нюхавшие пороху» жизни, доказывают нам, будто жить согласно высшим идеалам



(смелости, любви, борьбы) можно в повседневной жизни, надо «только постараться».

- Они эгоистичны. Требуют уважения к себе и к своим идеям — даже самым идиотским и бредовым — на том лишь основании, что это «их мнение». При этом упорно не желают видеть, как эти идеи отражаются на жизни других людей и их собственной (я хочу курить, и я буду курить. И не смейте мне указывать, где это можно делать, а где нельзя. Я — свободный человек).
- Они упорно считают себя уникальными и неповторимыми, не желают понимать, что большая часть их идей многократно проверена самой жизнью. И жизнь давно уже показала, какие из этих идей полезны, а какие нет. (Они постоянно норовят «наступить на одни и те же грабли», о которых их предупреждают.)

«Дети» в отношении «отцов»:

- Они всё усложняют, ничего не объясняют толком, отделяются общими словами или, наоборот, начинают «мудрить». На самом деле всё гораздо проще.
- Они все сдались, предали идеалы молодости, стали обычными обывателями и теперь пытаются оправдаться, а заодно — запугать нас.
- Они нас не уважают и не принимают. По-прежнему считают наши мысли «детским лепетом». Даже не прислушиваются к тому, о чём мы говорим. Нам остаётся только бунтовать.
- Они не дают нам «развернуться» так, как мы хотим. Предлагают какие-то примитивные, «заезженные» цели и ценности. Никакого полёта фантазии.

Резюмируя претензии, можно сказать, что, с точки зрения «отцов», смысл жизни есть явление сложное, многослойное и многогранное, часто внутренне противоречивое, требующее длительного и упорного постижения и ответственного и реалистичного подхода. К нему нельзя подходить с простыми «однозначными» мерками. Мало того, его нужно постигать всю жизнь.

Пример: для того, чтобы счастье собственной семьи стало подлинным смыслом жизни, надо эту семью создать, вырастить, преодолев при этом много трудностей, но и познав много радостей. В итоге — сформировать реальную личную потребность в служении семье.

С точки зрения «детей», смысл — это простой, чёткий, логичный идеал (или цель). Внутренне непротиворечивый, а главное, дающий простые понятные ответы на все основные жизненные вопросы. Найдя его для себя в юности и поставив перед собой как ориентир, нужно просто двигаться вперёд. Упорно, по прямой, не давая сбить себя с курса.

Как видим, позиции почти противоположны и сами по себе создают много сложностей для взаимопонимания. Но к сожалению, этим проблема не исчерпывается. Есть и другие осложняющие моменты. О них — подробнее.

◆ **Частая возрастная предвзятость.** Причём не только и не столько «отцов», но и «детей». Если у первых она проявляется в виде обычного пренебрежения и ухода от разговора, то у вторых — в виде готовности к психологическому нападению на собеседника, показавшего «слабину» (например, не сумевшего дать простой, чёткий, а главное — **УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ ДЛЯ ПОДРОСТКА** ответ на вопрос. К тому же часто некорректный и даже хамский).

Пример: любой учитель знает, как тяжело бывает говорить в 7–9 классе о необходимости выйти на субботник. Тут же начинают высказываться провокационные вопросы типа «а с какой стати? А почему мы?». А на большинство ответов





поднимается волна «праведного гнева». Неудивительно, что учителям часто приходится надевать маски моралистов и диктаторов. И ко многим те со временем «прирастают».

♦ **Разница в стилях мышления и подачи информации.** Подростки, в силу возраста, предпочитают мыслить и говорить простыми конкретными понятиями. Взрослые — нет. Их речь изобилует понятиями — знаками. Словами и словосочетаниями, за которыми стоят огромные «сгустки» опыта, схожего у большинства взрослых людей. Произнося одно слово (семья, работа, моя земля), взрослый произносит сразу целый десяток фраз (в переводе на «конкретный» язык подростка). Да и то не всегда. Иногда полностью перевести такое понятие на «доступный» язык не сможет и сам взрослый.

Пример: Ты зачем с новой работы уволился? Тебе же там платили почти вдвое больше?.. — Ну да, платили полгода. А потом жена спросила: мне уже можно себя вдовой считать?.. — господи, да кем же ты работал?.. Личным помощником Генерального?.. Ого! Ну тогда понимаю...

Когда обсуждается вопрос о смысле жизни, такие понятия-знаки применяют взрослыми на каждом шагу. И взрослые друг друга понимают. Подростку же, при отсутствии опыта, трудно понять, что стоит за этими словами. Когда же ему пытаются объяснить доступно, это его быстро утомляет и вызывает протест.

♦ **Разница в восприятии слов-знаков подростками и взрослыми.** Опираясь одними и теми же словами — знаками, подростки и взрослые часто вкладывают в них разное содержание. Причём нередко — диаметрально противоположное. Если подростки предпочитают брать за основу информацию из книг, фильмов, передач и т.д. (часто неадекватную и романтизированную), то взрослые предпочитают ориентироваться на реальный жизненный опыт — свой и чужой. Результат: те смыслообразующие понятия, которые подростки видят в «розовом» свете — борьба, свобода, «железная воля», у взрослых вызывают горькую усмешку и даже отвращение (скольким из них такие «борцы» с «железной волей» (а по сути — тупые бездушные эгоисты) испортили жизнь). Одновременно с этим то, что вдохновляет взрослого на продолжение жизни, — забота о семье, работа, служение, часто кажется подростку чем-то серым, мелким, «обывательским».

♦ **Конфликт между одноплановым восприятием и мышлением подростка и многогранным мышлением и восприятием взрослого.** Постигать такое явление, как смысл жизни невозможно без умения смотреть на одно и то же явление с разных сторон. Это умение приходит с возрастом. Неудивительно, что подростку, нашедшему интересную, внешне красивую идею (ту же идею свободы), трудно увидеть её с иной — менее привлекательной — стороны (что подлинная свобода требует ответственности и труда). Объяснение же того факта, что «не всё в жизни так красиво и просто», часто очень сильно его «огорчает».

♦ **Смещение в кучу и подмена таких различных понятий, как «смысл жизни», «цель жизни» и т.д.** За каждым из этих понятий стоит своё особое содержание — в том числе, психологическое. Путаница же приводит к неадекватным ожиданиям и разочарованию. С возрастом понимание этого факта приходит ко многим, но в подростковом до этого ещё далеко. Отсюда и конфликты — с внешним миром и с самим собой.



Что делать?

Возникает вопрос: и что же делать со всеми этими сложностями? Что мы можем предложить подросткам и педагогам?

- ✓ Простую, доступную и жизнеутверждающую (хотя не безупречную и не исчерпывающую) интерпретацию такого понятия, как «смысл жизни», «цель жизни» и т.д.
- ✓ Простые объяснения и приёмы, которые помогут подростку, с одной стороны, понять то подлинное глубинное содержание, которое стоит за «скучными» жизненными смыслами, которые ему предлагают взрослые. С другой — адекватно оценить те неадекватные романтические «смыслы», которые его привлекают сейчас, и при этом способны испортить жизнь (например, втянуть в криминальный мир, поманив за собой обещаниями «независимости и свободы»).
- ✓ Простые объяснения и приёмы, которые помогут подростку уже сейчас, исходя из его нынешнего опыта, почувствовать глубинное содержание «взрослых» смыслов.

Смысл и цель — не близнецы-братья

Итак, мы не станем тратить время на полемику с предшественниками. Мало того, мы заранее готовы к многочисленным обвинениям со стороны специалистов из разных областей. Единственное, на что надеемся — на некоторое понимание со стороны психологов, так как наше определение будет даваться в психологическом ключе (а какой ещё нужен подростку с его переживаниями?).

СМЫСЛ ЖИЗНИ — это... глубинное чувство **УДОВЛЕТВОРЁННОСТИ** собственной жизнью, связанное с удовлетворённостью основных **ПОДЛИННЫХ** потребностей человека (или же стремление к такому чувству удовлетворения). Это чувство может быть как осознанным интеллектуально (я понимаю, почему моя жизнь имеет смысл. Ведь я знаю, чем мне нравится заниматься, и я этим занимаюсь), так и не осознанным (я чувствую, что моя жизнь имеет смысл, но в чём он, объяснить не могу).

Таким образом, понятие «смысл жизни» теснейшим образом связано с таким понятием, как «счастье».

Какой из этого вывод? Поскольку потребностей много, они меняются, бывают разных уровней сложности (постоянная потребность в творчестве и сиюминутная потребность в еде), могут развиваться и могут деградировать, могут вступать в противоречие с тем, что навязывает общество, могут быть «возвышенными» и могут быть «низменными».

Точно таким же может быть и смысл (а точнее смыслы) жизни — сложными и примитивными, постоянными и сиюминутными, развивающимися и деградирующими.

Мы же сосредоточимся лишь на тех потребностях и соответствующих им смыслах, которые можно назвать высшими человеческими, поскольку для их понимания и постижения нужно прилагать сознательные усилия и ставить конкретные цели.

Теперь о целях. Это ещё одно ключевое понятие.

Цель (чаще всего) — запланированный и измеряемый по определённым критериям результат какой-либо деятельности. Достижение цели требует определённых действий — физических и умственных — и решения промежуточных задач.

Соотношение между смыслом и целью может быть различным.

◆ Смысл часто порождает цель в ходе осознания человеком своей истинной потребности (я понял, чего мне не хватает. Мне скучно сидеть дома по выходным. Я хочу свободно выезжать за город — на пикники, на рыбалку, за грибами.





Но мне надоело зависеть от общественно транспорта. Вывод — нужно купить личный транспорт. Не обязательно «крутой». Например — мотоцикл или подержанный автомобиль).

◆ Цель может быть навязана или сознательно взята извне, а затем совпасть с ещё не осознанной потребностью и породить новый смысл (мне лично не нужна была машина, но жена настояла — ей надоело ездить на дачу на электричке. Я согласился. Купил б/у. И вдруг понял, что мне самому нравится ездить, не завися от общественного транспорта. Теперь мне мало б/у. Больно плохо работает, а у меня появилась куча новых желаний, связанных с поездками. Поэтому буду покупать новую машину).

◆ Навязанная извне цель — особенно, сложностижимая, требующая огромных сил и времени, может войти в противоречие с подлинными потребностями человека. Особенно плохо, если потребность как таковая не осознана. Типичный результат — внешне успешный, целеустремлённый человек, который, вроде бы, имеет всё, что нужно для счастья, но при этом глубоко несчастен. А почему — и сам не всегда может сказать (многие успешные бизнесмены, сознательно решившие когда-то «дать семье всё по-максимуму», вынуждены почти всё время проводить на работе ничего не оставляя семье, кроме больших денег. Результат — становятся чужими в собственном доме).

◆ Конфликт между различными потребностями и, как следствие, порождаемыми ими целями (потребность в любви «на-равных» и потребность в чувстве превосходства над другими людьми). В этом случае приходится выбирать, но не между целями, а между потребностями, которые ещё нужно осознать.

Почему так важно чётко разводить понятия «смысл» и «цель»? Особенно в подростковом возрасте, для которого подобная ошибка весьма типична. Потому, что именно смешение приводит ко многим жизненным проблемам, а иногда — целым жизненным трагедиям (Я жизнь положил на то, чтобы добиться этого. Думал, в этом счастье. Добился. И где оно?)

Как же примирять эти два понятия, чтобы они работали «рука об руку» в деле обретения «простого человеческого счастья», а не мешали друг другу?

◆ **Познавать себя и свои подлинные потребности** (одна из древнейших человеческих премудростей). Для этого необходимо прислушиваться к себе (своим подлинным желаниям), проявлять активность, экспериментировать над собой, проверять себя в различных видах деятельности — особенно в молодости, когда есть время и силы (за исключением тех особых случаев, о которых будет сказано особо). При этом не стоит (если есть подспудное желание заняться конкретным делом) задаваться вопросом, «а зачем конкретно, ради каких благ?». Это — настоящий «вопрос-убийца». Его очень любят задавать бездельники, ни на что не способные и не желающие ничего реально делать.

◆ **Поняв потребность, стараться ставить цели, ориентируясь на неё, а не на то, что навязывают.** Если же всё-таки приходится ставить «не свою» цель, нужно находить в ней то, что интересно именно вам. В крайнем случае, чётко обозначать то время и те силы, которые вы готовы потратить на достижение «не своей» цели ради достижения вторичной выгоды. Это важно потому, что если цель совершенно не соответствует вашей подлинной потребности, то при её достижении — какой бы великой она ни была — вы можете испытать лишь глу-



бокое личное разочарование и даже войти в состояние сильнейшего личностного кризиса.

Пример № 1: Перед человеком ставят цель: сделай ремонт в квартире. Ему это не нужно. Его и так всё устраивает. Но ведь если он это сделает, то, во-первых, обретёт душевный покой (его перестанут «доставать»), во-вторых, сможет сделать перепланировку квартиры (о которой втайне давно мечтал, но как-то подзабыл), в-третьих, «стряхнёт серую пыль будней» — а это тоже полезно.

Пример № 2: На работе человеку предлагают «временно» заняться «не своим» делом (дескать, это нужно для блага компании). Скрепя сердце он соглашается (решив, что дополнительные навыки повысят его ценность как профессионала и дадут больше шансов на повышение в должности или премию). При этом обозначает, сколько времени намерен ждать. Если сроки проходят, а его не собираются ни повышать, ни премировать, ни освобождать от «не своей» работы, он ставит «вопрос ребром» или увольняется и переходит другую работу, где его новые навыки будут оценены повышением зарплаты и/или должности (благо компании, конечно, важно, но кто компенсирует ему потраченное впустую время, отнятое от собственной жизни).

♦ **Ставить цели, адекватные подлинным потребностям** (для того, чтобы человека перестали считать слабаком, не нужно тратить годы и становиться профессиональным культуристом — этакой горой мышц. Достаточно просто пройти в любительскую секцию и умеренно укрепить свой организм до средней нормы).

♦ **Если потребность вызывает дискомфорт, анализировать её**, чтобы понять, действительно ли она подлинная, не стоит ли за ней другая — пока неосознанная (за невероятно сильной потребностью покупать новую одежду может стоять банальная неуверенность в себе и потребность «быть не хуже других». Следовательно, работать надо со вторым, а не с первым. Самостоятельно, а лучше — с помощью профессионала-психолога).

♦ **Сознательно развивать свои потребности от низших к высшим**, а вместе с ними и смыслы жизни. Ставить себе это как сознательную цель. Быть готовым к преодолению трудностей.

Особенно это актуально в подростковом возрасте, когда человек зачастую на уровне интеллекта принимает предлагаемые ему высшие смыслы и ценности (например, служения обществу). Но в действительности ещё не представляет, в чём они реально заключаются, и уж тем более не испытывает подлинной эмоциональной тяги к ним. Результат — нередко отступает от них при столкновении с первыми сложностями (зачем мне стараться и учиться на врача, я же не смогу лечить тысячи людей, а ради меньшего «потеть» не согласен).

Каким же образом сознательно постигать подлинный смысл высших ценностей, а уж тем более учиться чувствовать их?

Во-первых, изучать «живое» мнение тех людей, которые их уже постигли (например, спросить в неформальной обстановке собственного учителя, который явно доволен своей профессией, а ради чего он ею занимается несмотря на все видимые сложности и недостатки).

Во-вторых, пытаться самому понемногу (иногда «через нехочу») приобщаться к тем видам деятельности, которые позволяют понять смысл высших ценностей (например, поработать волонтером на благотворительном проекте и не считать это «ерундой» и «детским садом»).





Примечание: только не стоит подходить к чужому опыту с заранее заготовленными критериями оценки — что «правильно», что «неправильно». На первых порах — лучше просто слушать, и лишь затем — пытаться делать выводы.

♦ **Сознательно вырабатывать в себе привычку к регулярному труду** (в том числе — рутинному и нацеленному на дальнюю перспективу), к принятию на себя ответственности, даже к разумному риску, без которого невозможен никакой жизненный успех.

Это правило также особенно актуально для детского, подросткового и юношеского возраста.

Во-первых, потому, что древняя поговорка «без труда не вынешь и рыбку из пруда» актуальна и сегодня, несмотря на все «высокие технологии».

Во-вторых, потому, что именно в юном возрасте привычки вырабатывать значительно легче, чем во взрослом,

В-третьих, именно в этом возрасте общество в лице школы и родителей «открытым текстом» говорит, что нужно делать, чтобы вырабатывать подобные привычки (предлагает участвовать в общественной работе, различных творческих проектах, посещать секции и кружки и т.д.)

Во взрослом возрасте ситуация меняется. Человеку никто ничего прямо не говорит. Если он догадается и что-то реально сделает, чтобы научиться чему-то новому — молодец. Нет — сам виноват.

Пример: два человека приходят работать в фирму на должность младших секретарей. Оба хорошо справляются с прямыми обязанностями. Ими довольны. Но первый больше ничем по работе не интересуется, а второй регулярно берёт на себя дополнительные обязанности, принимает ответственность, за которую ему никто пока недоплачивает. Результат — когда освободится место старшего секретаря с более высокими требованиями и окладом (и далее — вверх по служебной лестнице), о первом, скорее всего, и не вспомнят. В отличие от второго.

Вывод: в подростковом и юношеском возрасте вопросы типа: «а почему я?», «а зачем мне это надо?» — ещё одна разновидность вопросов-убийц. Дело в том, что они не имеют простого приятного ответа. А подлинный ответ — для выработки полезных навыков и привычек — подростков чаще всего не устраивает.

♦ **Быть готовым к тому, что потребности развиваются по своим законам**, не подчиняются обычной формальной логике и иногда входят в противоречие с поставленными ранее целями. Результат — потеря чувства смысла и необходимость менять цели для обретения нового смысла. Если этого не сделать, то можно многое в этой жизни безвозвратно потерять и стать, в конечном итоге, несчастным человеком.

Пример: в юношеском возрасте «фанат науки» поставил себе цель: сперва — бизнес-карьера ради денег и славы и только потом — лет в 30–35 — поиск «второй половины», создание семьи и прочая «керунда». Вначале он чувствовал, что его жизнь полна смысла, так как цель полностью соответствовала его узкоэгоистической потребности. Но лет в 25 под влиянием жизненного опыта и наблюдений, да и просто естественного психологического развития, возникла новая — более высокая потребность (поскольку социально-ориентированная и альтруистическая). А именно — потребность завести семью, воспитать детей, передать им свой опыт. Результат — прежний смысл теряется. И хотя на интеллектуальном уровне человек может по-прежнему твердить себе: «Главное — карьера. Семья — потом», внутри начнёт нарастать чувство бессмысленности и несчастья.



Выход — осознать новую потребность, принять её, а затем изменить цель так, чтобы она примирила новую и старую потребности (например, замедлить свой карьерный рост, но зато выделить время и силы на создание семьи. Тем более, что на определённом уровне карьерного роста холостяки часто перестают «котироваться»).

♦ **Быть готовым выбирать между разными потребностями** (чаще всего, конструктивными и деструктивными) и постепенному сознательному изживанию из себя деструктивных. Как выбирать? Прогнозируя наиболее вероятный результат. А это, при минимальном опыте взрослой жизни, а тем более при активном поиске информации, совсем несложно.

Пример простейших критериев для определения конструктивных и деструктивных потребностей:

Деструктивная потребность стимулирует:	Конструктивная потребность стимулирует:
Агрессивное подавление окружающих	Доброжелательное сотрудничество
Провокации на конфликт	Приглашение к обсуждению
Самоутверждение за чужой счёт	Самоутверждение за свой счёт
Пассивность	Активность
Неприязнь к труду	Готовность к труду
Стремление получить всё «на халяву»	Осторожное отношение к предлагаемой «халяве»
Безответственность	Ответственность
Эгоизм	Альтруизм
Уход от реального мира в мир виртуальный	Постижение реального мира и его культурных продуктов

О психологических барьерах, мешающих осознанию и принятию «высших» смыслов

Для того, чтобы подросток понял и принял предложенные взрослыми «высшие» смыслы (смысл труда, творчества, самопознания, служения обществу в том или ином виде), необходимо сперва помочь ему снять некоторые психологические барьеры, которые мешают ему психологически взрослеть, а значит, развивать свои потребности и смыслы. Далее мы приведём некоторые примеры таких барьеров и приёмов их снятия.

Примечание: проводить подобную работу необходимо либо индивидуально, либо в небольших группах, участники которой находятся примерно на одном уровне развития потребностей (для классного руководителя подобрать такие группы обычно не составляет труда). Ни в коем случае — не в классе в целом. Причина: обсуждение вопроса о смысле жизни — или других, близких к нему — требует взаимного уважения, деликатного подхода и настройки на одну психологическую «волну». Достаточно одному из участников нарушить это правило (засмеяться или пошутить в ненужный момент), как настрой пропадает безвозвратно. В классе, где много учеников, это происходит почти неизбежно (свои «клоуны» есть везде). Что касается стиля общения, то пусть лучше это будет не менторский монолог учителя, а доброжелательный диалог учителя с учениками с подробным объяснением нюансов. В том





числе — «очевидных вещей» (так как нередко они бывают очевидны только для взрослых).

• **Убеждённость в своей «взрослости», «завершённости» и «всекомпетентности»** — реальная или демонстративная. Подросток считает, что он уже практически всё знает о том, как устроена жизнь, общество, а значит, как надо себя вести, строить отношения и ради чего жить.

Приём: разрушение подобной уверенности путём задавания сложных жизненных вопросов, требующих анализа. Совместный анализ. Совместный вывод об ошибочности прежних воззрений.

Пример: ты говоришь, что в жизни правят «сильные крутые парни с большими кулаками», поэтому учиться ты не будешь, а будешь «качаться»? Почему ты так думаешь? В твоём дворе главные «заводилы» именно такие? А сколько им лет? 16–25? А много ты видел таких «качков» среди реальных успешных людей после 30 лет? Куда же они деваются? Бегают в качестве «шестерок» у тех же «крутых» бизнесменов — в лучшем случае. В худшем — «опускаются» и деградируют. Тебе приходилось видеть грязных, вечно пьяных забулдыг, целыми днями сидящими в подворотнях? Многие из них — бывшие «дворовые крутые». Как ты думаешь, как они до этого докатились? Давай подумаем. Успешные люди, как правило, строят успешную карьеру или успешно занимаются каким-то сложным делом (например, творчеством). Как правило, для подобного успеха надо уметь «работать головой» и усваивать много знаний. Для этого нужна регулярная «тренировка головы» в школе, институте, на работе, где нужно много думать. Они же с детства головой не работали и толком этому не научились. Результат — в институт не поступили, на работу, где есть хоть какие-то перспективы карьерного роста, их не приняли, так как там, опять же, нужно хоть немного думать. На их долю остались лишь самые низкооплачиваемые «тупиковые» профессии типа грузчиков, дворников, чернорабочих. Итог: низкий заработок — низкий уровень жизни — хроническая депрессия — алкоголизм — деградация. Те же «качки», что неплохо устроились — не исключения из правила (профессиональные телохранители). На самом деле им приходится много работать не только кулаками, но и головой, просто ты об этом пока не задумывался.

• **Ориентация на ближнюю временную перспективу.** Жизнь «здесь и сейчас». Многие подростки, в силу особенностей восприятия времени, предпочитают жить сегодняшним днём, мало задумываясь о будущем. Оно кажется им «далёким и нереальным», чтобы предпринимать какие-то усилия по саморазвитию уже сейчас (возрастная особенность восприятия).

Приём: обозначение чётких временных ориентиров ближайшего будущего (ожидаемых событий). Демонстрация логики прямого влияния сегодняшнего поведения на эти события. «Приближение» этих событий с использованием особенностей подросткового восприятия времени.

Пример: Вот ты говоришь: когда-то я ещё окончу школу. Когда-то буду сдавать экзамены? Ещё сто раз наверх! А пока буду «гулять и веселиться». Давай посмотрим, много ли у тебя осталось времени. Сейчас ты учишься в 6-м классе. До первого реального экзамена в 9-м осталось 3 года. Ты думаешь это много? Тогда вспомни, как ты пришёл в первый класс? Давно это было по твоим ощущениям? Нет. Это было как будто вчера. Видишь, как летит время. А ведь прошло целых 6 лет — в два раза больше, чем тебе осталось. Так



много у тебя времени? Идём дальше. Тебе легко учить сегодня уроки? Не очень? Почему? А ведь дальше учебной информации будет ещё больше. Так с чего ты решил, что сперва всё «запустишь», а потом легко «наверстаешь?»

• **Упрощённость и авторитаризм суждений.** Одна из особенностей подросткового возраста — чувство резко возросшей собственной силы, физической и интеллектуальной. Часто оно усиливается тем фактом, что подросток по-прежнему живёт в тепличной детской среде, не имея опыта столкновения с реальными взрослыми проблемами. А легко решая «детские», думает, что он очень умный. Отсюда — самоуверенность и авторитаризм суждений.

Приём: во многом схожий с приёмом, применяемый с первым психологическим барьером.

Постановка перед подростком конкретного жизненного вопроса с предложением дать алгоритм его решения. Задавание уточняющих вопросов. Последовательная критика предложения своего варианта. Доказательство правомерности каждого пункта алгоритма. Демонстрация того, почему сам подросток — в отличие от взрослого — не может действовать по такому алгоритму. Выявление тех навыков и знаний, которых не хватает подростку. Объяснение, откуда такие навыки берутся.

Пример: ты недоволен, как тебя учат? Ты знаешь, как надо? Хорошо. Вот тебе требования к учебному плану, вот стандарты, вот учебные пособия. Вот образцы других учебных планов. Садись, пиши свой учебный план на четверть и год, составляй планы уроков, а мы их потом обсудим на классном часе, а можешь, и на педсовете. А ты будешь доказывать свою правоту по пунктам.

• **Тяга к «красивым картинкам».** Подростки, да и многие взрослые, склонны доверять «красивым картинкам» (рекламе и т.д.). «Картинки» же, как ни печально, нередко проповедуют разрушительные для человека ценности (вредные привычки — алкоголизм, курение, неадекватное доходу потребление предметов роскоши, «звёздный» образ жизни).

Приём: предварительное изучение «красивых картинок», выяснение скрытой подоплёки (кому интересно навязывание «картинок», какую цену приходится платить за стремление к ним), подборка ярких конкретных фактов, демонстрирующих «высокую цену» следования за «картинками», демонстрация их подростку — анализ причин неизбежности такой высокой «платы».

Пример: девочка непременно хочет выйти за иностранца и уехать в «заграничный рай».

Необходимо понять, откуда у неё такая информация. Если от «международного агентства», проанализировать совместно суть его бизнеса, найти «сомнительные места» — явную и скрытую ложь в его действиях (кому за границей может потребоваться жена из России, да ещё и из глухой провинции? Не тому ли, с кем не хотят иметь дело местные женщины? А почему не хотят?), найти примеры реальных обманов и обосновать их закономерность.

• **Тяга к острым ощущениям ради ощущений.** Данный барьер является естественным результатом вполне нормального стремления подростка проверить себя, раздвинуть свои горизонты. Проблема возникает тогда, когда теряется осознанная цель, стоящая выше, собственно, удовольствия от острого ощущения (например, занятие экстремальными видами спорта не только ради удовольствия, но и развития полезных в жизни качеств — физического здоровья, силы воли, целеустремлённости, ответственности). Результат — подросток начинает искать





возможность получать острые ощущения без предварительных трудозатрат (прямой путь к наркомании), получение удовольствия становится самоцелью в ущерб остальной жизни, однообразные удовольствия начинают приедаться, приводя к постоянному поиску новых.

Приём: объяснение биологического механизма удовольствия (удовольствие — процесс, требующий больших затрат энергии, поэтому быстро приводящий к истощению, если нет периодов передышки), объяснение биологического смысла удовольствия (чувство удовольствия необходимо для того, чтобы человек делал те дела, которые могут показаться тяжёлыми. Например, учёба и радость от познания нового. Т.е. в норме удовольствие — награда за какой-то предварительный труд), объяснение принципиальных различий между нормальным и естественным способами получения удовольствия (например, в ходе занятия экстремальными видами спорта) и искусственными разрушительными (через употребление наркотиков, слушание «психоделической» музыки и т.д.).

Примечание: можно, конечно, привести и более деликатные, но более привлекательные для юношей (не подростков) примеры. Но это уже на совести конкретного преподавателя. Например, что, поскольку изначальный смысл секса в продлении рода, а продление рода, с точки зрения природы, больше всего заслуживают самые сильные и выносливые особи, нет ничего удивительного, что именно они не только более привлекательны в сексуальном отношении, но и способны к более частому получению удовольствия от секса. Вывод — хочешь получать больше удовольствия от секса, заботься о своей физической форме, а также не забывай о духовной и интеллектуальной стороне («безмозглые самцы» быстро надоедают).

- **Переоценка своей «прочности».** К сожалению, многие подростки плохо представляют, что такое полноценное «по взрослому» столкновение с реальной жизнью — физическое и психологическое, (травмы, болезни, психическое истощение, конфликты, увольнения с работы и т.д.). Свою лепту нередко вносят не только «тепличное» воспитание, но и массовая культура. Результат — восприятие себя как эдакого «неуязвимо супермена», постановка неадекватных жизненных целей, пасование и быстрая сдача позиций перед реальными трудностями.

Приём: анализ и опровержение неадекватных жизненных убеждений, связанных с собственной «прочностью». Предложение более адекватных. Их обоснование.

- **Глубинный страх перед будущим.** Негативные заблуждения относительно взрослой жизни.

Некоторые подростки, напротив, — запуганы тяготами предстоящей взрослой жизни, рисуют её себе в чёрном цвете и боятся даже думать о том, что будет дальше.

Приём № 1. Постепенное выяснение сути страхов (как правило, они размыты и абстрактны), их конкретизация и последующее опровержение. Предложение реальной картины.

Пример: Ну кто тебе сказал, что во взрослой жизни надо постоянно «драться за место под солнцем». «Все говорят?» а конкретнее... А, ну да, в кино видел... а про кого кино было? Про бандитов и «крутых» бизнесменов. Тогда понятно. А что, кроме бандитов и «крутых» бизнесменов больше других профессий не существует?

Приём № 2. Демонстрация сегодняшней — вполне сносной и даже лёгкой жизни подростка — с точки зрения ребёнка 5–6 лет (с точки зрения последнего, она будет выглядеть ужасно из-за множества нереально-сложных проблем, до ре-



шения которых ребёнок ещё недорос, а подросток — вполне). Объяснение того, что с точки зрения нормального взрослого его взрослая жизнь не намного сложнее, чем жизнь подростка, с точки зрения самого подростка (а в чём-то даже и проще, поскольку взрослые редко так откровенно «грызутся» между собой по мелочам).

• **Восприятие жизни в контрастном цвете.** Неопытность плюс самоуверенность, неадекватный романтизм и авторитаризм суждений нередко приводят к тому, что подросток воспринимает жизнь контрастно без учёта промежуточных вариантов (чёрное-белое, свой-чужой, всё — или ничего).

Результат — планируя свои поступки и даже будущее, а также рассуждая о смысле жизни, подросток мыслит только крайностями.

Пример: если я что-то выбираю (например, занятие), то результат должен быть только «высшего разряда». Любой другой — это «отстой». «Отстой» мне не нужен. А поскольку вероятность достичь «высшего разряда» — минимальна, такое занятие мне не нужно в принципе.

Нередко подобный стиль мышления пагубно сказывается на дальнейшей жизни — человек не получает профессию, к которой были все предпосылки, теряет друзей, не заводит семью.

Пример подобного мышления из персони группы «Ария» «Я не сошёл с ума»:

*...Лучше быть одному всю жизнь
Чем найти свой дом и жить в нём с кем попало!..*

Приём: Критическое рассмотрение «контрастных» убеждений подростка, поиск и реабилитация в его глазах «промежуточных» вариантов. Доказательство на примере собственных кумиров подростка, что даже их жизнь, в действительности, не соответствует тем «высшим стандартам», которые он придумал, что у них тоже есть свои трудности и проблемы, которые приходится решать (причём часто гораздо большие, чем готов решать сам подросток).

Пример: ты считаешь, что учиться и работать для тебя не имеет смысла, поскольку быть владельцем банка или корпорации тебе не светит, а на меньшее ты не согласен. А почему ты так на них зациклился? Думаешь, они только и делают, что «купаются в золоте» и наслаждаются жизнью. А скажи, пожалуйста, ты готов лично на себя взять ответственность за такой выбор: в связи с тяжёлой экономической ситуацией либо закрыть несколько цехов собственного завода и уволить разом 5 000 человек (многим из которых будет ОЧЕНЬ трудно устроиться на другую работу), либо оставить всё как есть, но при этом подвергнуть реальному риску всю корпорацию, которая может просто «рухнуть», и тогда на улице окажутся все 50 000 сотрудников. Не готов? А должен быть готов, если хочешь владеть собственной корпорацией.

• **Боязнь ответственности.**

Примечание: по нашему определению, ответственность есть готовность человека брать на себя груз последствий от некоторых событий, которые произошли в результате его собственных действий или действий тех людей, за которых он отвечает.

Многие подростки воспринимают ответственность с чисто негативной стороны, как «лишний геморрой», который никому не нужен, поскольку не принесёт никаких прибылей в ближайшей перспективе.

Приём: доказательство того, что принятие на себя ответственности в конкретных ситуациях вырабатывает навык ответственного поведения. Ответствен-





ное же поведение делает человека более смелым, решительным, а значит, свободным в реализации своих желаний. Это в свою очередь, позволяет расширять жизненные горизонты и жизненные смыслы.

Пример: вот ты говоришь: хочу ходить в походы с друзьями — люблю путешествовать. И чего?.. Ждёшь, когда кто-то возьмёт на себя ответственность и всё организует? Так всю жизнь и прождёшь. А не боялся бы ответственности, занялся бы вопросом сам, организовал, распределил обязанности, нашёл дополнительных компетентных людей (какой-нибудь турклуб) — и исполнил бы своё желание. Первый раз было бы тяжело, а потом навык бы «обкатал» и всё стало бы просто.

• **Принципиальное недоверие к взрослым, старые обиды.** Негативизм подростков в отношении взрослых и всего, что они предлагают (в том числе и свои варианты жизненных смыслов) часто бывают связаны с предубеждениями и старыми обидами. При этом происходит смешение эмоционального восприятия личности взрослого и стиля его высказываний с рациональным восприятием той информации (нередко полезной), которую он пытается дать. Чаще всего преобладает первое. Результат — подросток из принципа начинает делать «назло» не только нелюбимому взрослому, но элементарному здравому смыслу. Последствия редко бывают позитивными. Особенно, если находится «добрая душа» от наркомафии, секты, экстремистской группировки, которая начинает поддерживать подростка в его «противостоянии миру взрослых».

Приём: помощь в «разведении» личных обид и объективной реальности. Помощь в прогнозировании вероятных последствий «протестного поведения». Помощь в выработке объективного отношения к предлагаемым взрослым смыслам.

Пример: Ну хорошо, тебя «достала» классная руководительница, которая говорит «надо учить уроки, а не по дискотекам все вечера шляться». Она что, совсем-совсем не права? Ах, не права в том, что «корёт»? А в том, что ты совсем учёбу забросила? Тогда давай эти вещи разделять. В конце концов, что будет, если ты и дальше будешь так продолжать? Думаешь, твой «живой природный ум» и умение «зажигать по-полной» (со знаниями уровня троечницы из девятого класса) помогут тебе в институт поступить, или на работу хорошую устроиться (без прохождения через «постель начальника»? Сомневаюсь. Давай-ка лучше подумаем, как твою жизнь так организовать, чтобы и на дискотеки успевать, и уроки делать, и «классную» успокоить. А заодно — зачем тебе лично вся эта учёба нужна.

[83 - 90]
Исследования
и эксперименты

104 ▶

О том, как помочь подростку понять и почувствовать суть «высших» жизненных смыслов, которые предлагают взрослые

После того, как сняты барьеры, можно приступить к следующему этапу работы.

♦ **Во-первых**, предложить несколько простых установок, которые помогут подростку смириться с временной разницей между ним и настоящим взрослым и начать спокойную работу по устранению этой разницы.

♦ **Во-вторых**, помочь подростку, в некоторой мере, уже сейчас понять и почувствовать суть тех «высших смыслов», которые предлагают взрослые (на базе уже сформировавшихся у него смыслов). А вследствие этого — отчасти принять «взрослые» смыслы.

Установка № 1. Реальная разница между настоящим успешным взрослым и подростком (их жизненным опытом, мышлением, мировосприятием) в дей-



стветельности огромна. Это нормально и не свидетельствует о том, что кто-то лучше, а кто-то хуже. У каждого состояния есть свои преимущества и недостатки. (Многие взрослые в глубине души завидуют эмоциональной открытости подростков, их энергичности, «бесшабашности», «лёгкости на подъём». А подростки — умению взрослых решать вопросы, которые самим подросткам пока кажутся «неподъёмными».) В связи с этим задача подростка — не протестовать и доказывать, что он уже «ничуть не хуже и даже лучше взрослых» (через курение, выпивку, «ботание по фене»). А принять разницу как данность и спокойно работать над её устранением — «слушать себя», учиться, развиваться, разумно «наслаждаться жизнью» и пользоваться теми преимуществами, которые даёт молодость.

Пример доказательства принципиальной разницы жизненных смыслов подростков и взрослых: ты жалуешься, что предложенные тебе «взрослые» смыслы непонятны, скучны, серы, обыденны. Поэтому подозреваешь, что кто-то из вас «ненормален». Это не так, нормальны все. Просто вы РАЗНЫЕ. Поясню на примере. Если я скажу, что для тебя одним из смыслов жизни является активное общение, узнавание нового, поиск «приключений», буду ли я прав? Буду. А почему? Потому что эти смыслы базируются на естественных потребностях твоего возраста. Их смысл — стимулировать тебя к интенсивному развитию и переходу от детства к взрослости. В то же время ребёнку до 3-х лет такие смыслы показались бы «идиотскими» (если бы он их смог понять). Для него смысл — спокойная, неизменная, физически обеспеченная жизнь, в которой не происходит никаких внезапных событий. И это тоже нормально. Чтобы принять твои смыслы, ему надо до них дорасти. Так же как и тебе — до смыслов взрослых. Правда, есть и разница. Ребёнку надо просто следовать за своим естественным развитием (хочется бегать — бегай, хочешь играть — играй). Тебе же надо ставить сознательные цели (хочешь чему-то научиться — реши, чему именно, как, до какого уровня мастерства). Именно поэтому трудно найти подростка, застрявшего на уровне 3-х летнего ребёнка, а вот «великовозрастных подростков» приходится встречать периодически.

Установка № 2. Поиск смысла жизни это всегда игра, не подчинённая жёстким правилам логики. Твой собственный смысл жизни — твой выбор. Причём выбирать приходится отчасти вслепую — почти всегда. Мало того, периодически смысл нужно менять и даже сознательно стремиться к более высоким смыслам, которые до конца ещё не понятны. В противном случае может начаться деградация.

Пример: Когда-то для человека главным смыслом было — стать известным художником. Он им стал. Следующая возможная стадия — стать учителем и наставником для других начинающих художников (и потребность в душе была). Но он её проигнорировал. Результат: постепенно, «топчасть на одном месте» исчерпал себя как и художник (неизбежный процесс, так как «поток идей» неизбежно истощается, а рука с кистью начинает дрожать). В результате в 60 лет стал писать значительно хуже, чем писал в 40 — на пике мастерства.

Установка № 3. О смысле жизни красиво и логично говорили многие великие люди (учёные, философы). Тем не менее, тебе не известно точно, почему они сказали именно так. Поэтому к их словам нужно относиться критически и соотносить их со своей реальной жизнью. Не следует брать их слова как готовые шаблоны и руководства к действию, так как за свой выбор будешь отвечать ты, а не они. Единственный более-менее надёжный критерий истинности и универсальности предложенного





жизненного смысла — это его повторяемость у многих философов, а также подтвержденность историей. Ведь многие красивые философские идеи при попытке их реализации неоднократно приводили к страшным последствиям — причём вполне предсказуемым (и точно также могут привести к индивидуальной катастрофе). Так, великая Древнеримская цивилизация рухнула, морально и нравственно «прогнив» изнутри. Причина — следование идее неограниченной свободы. А знаменитые идеи «Свободы, Равенства, Братства» породили не одну кровавую тиранию, войну и революцию, среди которых Великая французская — самая известная.

Установка № 4. Поиск смысла жизни — интереснейший процесс, который многого требует, но гораздо больше даёт (переживаний, открытий, интересных событий, наполняющих жизнь). Поэтому стоит заниматься его поиском хотя бы ради этого.

Установка № 5. Каким бы «высоким» ни был твой смысл, не стоит огульно пренебрегать другими «более низкими». А тем более — презирать других людей, следующих им. Ведь как бы ты ни был велик, без этих людей ты бессилён в этой жизни.

Пример: Супергениальный бизнесмен ничего не сможет сделать (в том числе — построить корпорацию) без «сереньких мышек» — профессиональных, но не гениальных помощников, делающих своё дело и решающих за него «рутинные» вопросы.

Напоследок хотим предложить приём, который поможет подростку приблизиться к пониманию того, что стоит за «высшими потребностями взрослых».

Приём состоит из нескольких этапов.

- ♦ Вычислить во «взрослой» потребности его главную психологическую составляющую, то, что, собственно, приносит радость человеку (почему счастлив человек, который, вроде бы, только и делает, что «пашет» на семью не получая лично для себя никакой видимой выгоды? А вот ему, видите ли, очень нравится, когда по приходе домой у него на шее повисает «гроздь» из собственных, сытых и хорошо одетых ребятишек, которые кричат «Ура, папочка пришёл?»).
- ♦ Вычислить, в какой потребности подростка может быть аналогичная или близкая составляющая (ему ведь нравится, когда приходя в компанию друзей, с которыми давно не виделся, он с порога слышит радостные крики: О! Леха, друг, сколько лет, сколько зим, иди к нам...).
- ♦ Наглядно сопоставить эти две ситуации перед подростком. Показать внешнюю разницу и внутреннее сходство.
- ♦ Иногда сделать поправку на масштаб. Т.е. показать, что, например, между мэром города, реально пекущимся о благе города день и ночь, и им, готовым «пасть порвать» за нескольких близких друзей, принципиальной разницы нет. Формальная разница лишь в том, что мэр «дозрел» до того, чтобы искренне воспринимать всех граждан своего города как близких людей. А подросток — нет. Ему это ещё только предстоит.

Кому-нибудь предложенная попытка интерпретации столь высокого понятия, как смысл жизни может показаться примитивной и нелепой. Но, как сказал известный писатель Владимир Соловьёв в одной из книг о благородном плуте Ходже Насреддине, «каждому возрасту соответствует своя мудрость». Следуя этому совету, мы попытаемся положить к ногам подростка лишь первую, но конкретную ступеньку в бесконечной лестнице, ведущей к вершинам общечеловеческой мудрости.