

## Подростковая агрессия: «лечение» через осознание

Евгений Олегович Пятаков

*Проблема человеческой агрессивности чрезвычайно обширна и разнообразна и обсуждается с позиций различных наук — психологии, медицины, психиатрии. Причём часто в весьма теоретичном, оторванном от жизни, виде. Однако перед социальным педагогом эта проблема предстаёт вполне конкретно — в образе подростка, который регулярно совершает хулиганские действия в отношении сверстников и взрослых. Автор статьи предлагает методы и формы работы по привитию трудным подросткам элементарных навыков нравственного сознания, умения смотреть на себя со стороны, прогнозировать неизбежные последствия своих поступков.*

● агрессия ● авторитарный и «понимающий» методы ● диалог ● причины агрессии ● «социальное возмездие» ● социальные навыки

### Введение в проблему

Как правило, при работе с агрессивными детьми применяют два диаметрально противоположных метода. Первый — традиционный или авторитарный — выражается в подавлении хулиганских устремлений с помощью нотаций, нравучений, запугиваний и наказаний. Второй метод, назовём его «понимающий», появился сравнительно недавно. В общих чертах он сводится к тому, что педагог даже самого «отпетого» хулигана рассматривает как «тонкую, непонятую окружающим индивидуальность» и пытается помочь ему душевными разговорами, исключая всякое «давление на личность ребёнка». Первый основан на игнорировании личности и её интересов, второй — на том, что интересы личности ставятся выше интересов общества, совести, морали и т.д. Результатом применения этих методов становится в первом случае забитый и безынициативный человек, способный делать только то, что «положено», во втором — человек раз-

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

вязный и наглый, не желающий подчиняться общепринятым правилам и мешающий спокойно жить другим людям.

Особенно остро недостатки этих крайних методов воздействия проявляются в подростковом возрасте. Примитивное давление в этот период становится неэффективным, поскольку авторитет старшего поколения в глазах подростка падает, а бездумное «понимание» со стороны взрослых зачастую используется им против самих взрослых в виде манипуляций: «Да, я личность, и имею право на отстаивание своего мнения, в том числе — путём «бития по фэйсам». А то, что для взрослых это является проступками, так это их неправильное и предвзятое восприятие».

Возникает вопрос: нельзя ли использовать положительные стороны обоих способов и одновременно скорректировать их недостатки? Практика показывает, что можно. Попробуем понять, как.

Для начала определимся с понятием агрессивности, поскольку её часто путают с другими поведенческими проявлениями (особенно сторонники второго, «понимающего» метода), например, простой физической активностью, непоседливостью, стремлением отстаивать свои права.

В контексте поставленной темы **агрессивность** — это устойчивая черта личности, выражающаяся в регулярном совершении разрушительных действий в отношении других людей и окружающего мира. Причём агрессивность может проявляться как на физическом, так и на психологическом уровне. Это может быть неоправданное разрушение материальных объектов, а также причинение другим людям физической и психологической боли.

С физической болью всё понятно. Что же касается психологической, то она может проявляться у человека, на которого направлена агрессия, как чувство шока, страха, обиды, бессильной ярости, затаённой злобы, жажды мести. Понимание последнего момента особенно важно при работе с агрессивным подростком, поскольку позволяет ответить на задаваемый им вопрос: «А что такого? Я же его не бил».

Отмечу, что предложенные ниже методы работы не затрагивают все возможные причины агрессивности. Так, нередко решение проблемы невозможно без медикаментозного лечения, поскольку она вызвана нейрофизиологическими, гормональными и другими нарушениями в организме. Тем не менее, в большинстве случаев мы имеем дело со сложностями, которые можно устранить путём психологической работы со школьником. А именно работы с психологическими установками, особенностями восприятия внешнего мира, заблуждениями, банальной узостью кругозора и т.д. (сюда входит и так называемая *трудотерапия* в самом широком понимании этого слова). Всё это, в отличие от медикаментозного лечения и сложных психотерапевтических техник, вполне доступно педагогу.

**Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание**

### **Рабочая вводная**

Не стану обещать быстрых высоких результатов. А именно, что вчерашний разнузданный хулиган после проведённой с ним работы сразу станет паинькой и начнёт заботиться о тех, кому вчера, забыв ради, отвешивал пинки и подзатыльники. Иногда приходится мириться с тем, что на первых порах он лишь слегка умерит свой пыл и начинает реагировать на замечания педагога. Образно говоря, работу можно сравнить с забрасыванием в сознание подопечного первичных зёрен, из которых предстоит прорасти совести, здравому смыслу, ответственности, рефлексии и т.д.

Работа осуществляется в форме консультаций, которые проводятся либо один на один с подростком, либо с небольшой группой ребят. Поводом для встречи может послужить конкретная жалоба или запрос. В ходе этих встреч обсуждается агрессивное поведение ребят, совместно выявляются его причины и способы их устранения. Общение с агрессивными подростками может включать такие этапы:

- установление дружеского контакта с подростком;
- формирование мотивации подростка к обсуждению вопросов, связанных с агрессивным поведением;
- предварительное выявление основных причин агрессивного поведения;
- «развенчание» в глазах подростка тех идей и убеждений (часто неосознанных), которые стимулировали его агрессивное поведение;
- совместное прогнозирование ближайших и отдалённых последствий агрессивного поведения;
- реабилитация в глазах подростка мирных бесконфликтных людей;
- формирование мотивации к освоению навыков бесконфликтного поведения;
- разъяснение сути таких понятий, как совесть, сострадание и т.д.

### **Начало работы**

Для многих педагогов вступление в равноправный диалог с подростками бывает затруднительным. Обусловлено это укоренившимся авторитарным стилем общения («Я говорю — ты внимаешь»). С подростками этот номер не проходит, поскольку их агрессивность зачастую является ответной реакцией на такую позицию взрослых. Поэтому единственный способ донести до них «разумное, доброе, вечное» — это равноправное общение. Но сразу такие отношения с подростками складываются редко. Как правило, отказ от авторитарного стиля ребята расценивают как слабость педагога, начинают относиться к нему бесцеремонно-фамильярно и уже сами смотрят на него «сверху вниз». Что же делать?

На первом этапе общения педагогу следует демонстрировать уважительное отношение к подростку в сочетании с некоторой отст-

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

ранённостью и холодностью. Можно также сыграть на обескураживающей откровенности (на грани цинизма): «Ты что думаешь, самый крутой, и управы на тебя нет? Знаешь, вот я работал в Комиссии по делам несовершеннолетних, так там однажды такое дело разбирали. Зверски избили парня — чуть не до смерти. Парень — здоровый амбал, никогда никого не боялся. Кто, думаешь, «учудил»? Одноклассники — «ботаники-отличники», об которых он до этого «ноги вытирал». Терпели-терпели. А потом не выдержали, собрались кучей и устроили «тёмную»... Так ты подумай, как бы с тобой такого не сделали».

Иногда можно ненавязчиво продемонстрировать собственную компетентность в обсуждаемых вопросах: «Ты что, думаешь, я таким как ты не был? Не считал, что самый сильный всегда прав? Не думал, будто любого смогу под себя подмять? А знаешь, когда я перестал так думать?».

И очень важны рациональные и простые (а не морализаторские) объяснения подросткам многих важных понятий (совесть, дисциплина и т.д.).

Демонстрировать свою готовность к уважительному равноправному общению можно путём постепенного перехода от монолога к диалогу. Как это делается: сперва говорите только вы. Объясняете, зачем нужна эта встреча, чего вы от неё ждёте, зачем она нужна самому подростку и т.д. Затем начинаете задавать простые вопросы, предусматривающие один очевидный ответ: «Никому не нравится, когда его бьют ни за что, ни про что. Так?.. Когда тебя бьют, а ты не можешь ударить в ответ, возникает острое желание отомстить. И оно иногда сохраняется очень надолго, до первого подходящего случая. Согласен?». Цель таких вопросов — втянуть подростка в диалог и продемонстрировать «постепенно возникающую» симпатию.

В дальнейшем, когда контакт установлен, подросток раскрылся и интеллектуально «разогрелся», можно переходить к более сложным вопросам, требующим развёрнутого ответа. Чем дальше, тем больше эти вопросы должны подталкивать подростка к размышлениям о самом себе, своих реальных убеждениях, мотивах и желаниях: «Вот, ты дожил до 14 лет, умом, вроде, соответствуешь (видно по твоему разговору). Так почему же ты ведёшь себя как десятилетний хулиган?».

Но даже при самом глубоком личном контакте есть вопросы, которые подростку не хочется обсуждать. К их числу относится вопрос об изменении собственного поведения. Особенно, если этих изменений открыто требует общество в лице тех же учителей. Подросток ведь и сам нередко в глубине души понимает, что изменения нужны, но именно внешнее давление пробуждает в нём дух противоречия и желание делать назло.

Чтобы понять, как не пробудить дух противоречия, надо уяснить, как он возникает.

### Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание

Представим ситуацию. Живёт себе парень. По его собственному мнению о себе, он весёлый, любящий иногда «слегка размяться» на «салабонах», «поддеть училку» какой-нибудь «остроумной шуткой». Он дружит с «классными крутыми ребятами», которые никого и ничего не боятся и доверяют ему небольшие, но важные поручения. У него всё хорошо. Только «предки» иногда слегка «достають» своими нравами. Впрочем, это дело житейское. Позудят-позудят и отстанут. Но однажды его ни с того ни с сего вызывает «классная» и начинает орать: «Ты что себе позволяешь? Совсем обнаглел? Кто тебе позволил «руки распускать»? На тебя все учителя жалуются. Постоянно ребят маленьких бьёшь. А вчера мало того, что урок сорвал, так ещё и Марью Ивановну до истерики довёл. Я её целый час валерьянкой отпаивала. А водишься с кем — с уголовниками малолетними. Тебе что, жить надоело? Или в тюрьму захотел? Ты понимаешь, на какие проблемы нарываешься?..»

Права ли классный руководитель? По сути, да. Ведь хулиганские, агрессивные действия подростка действительно могут привести его в уголовный мир со всеми вытекающими последствиями. И учительница пытается донести это до сознания подростка.

Что же происходит в голове подростка? Поскольку ему не объяснили, какая связь может быть между его мелкими сегодняшними «шалостями» и какой-то далёкой страшной тюрьмой (мало того, его ещё и «оскорбили»), эта тюрьма не воспринимается им как что-то реально возможное. Для него тюрьма — дурацкая выдумка «классной». В его глазах именно «ненормальная дура-классная» является единственной проблемой. И именно по причине её «дурости» надо поступать ей наперекор. Образно говоря, образ педагога «слился воедино» с образом проблемы и полностью затмил последнюю.

Что же делать, чтобы проблема воспринималась отдельно, а значит серьёзно? В каком-то смысле, встать рядом с подростком и дружески указать на грядущую проблему как на третий независимый объект, который реально существует. И если хочешь её избежать, следует соблюдать определённые правила и законы.

*Пример. Знаешь, я тебя очень хорошо понимаю. Мне тоже хотелось, чтобы мои одноклассники меня во всём слушались, исполняли любое моё поручение. Ведь это же классно — быть самым главным. И я согласен, что иногда приходится пускать в ход кулаки, чтобы заставить себя слушать. Только вот беда. Как ни вертись, а у жизни свои законы. И их не обойдёшь. Многие пытались. Почти ни у кого не вышло. Кто пошёл до конца — в основном «сел», кто смирился и начал слушаться этих законов — в основном, наладил свою жизнь, хотя лишних проблем имел немало (например, ему пришлось долго избавляться от репутации «тупого отморозка»). А закон простой: человек, который любит «махать кулаками», быстро приобретает репутацию «отморозка» и «мордворота». Не думай, что сегодняшнее «типа уважение» к тебе некоторых одноклассников — это на-*

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

*долго. Пройдёт немного времени, и они поумнеют и перестанут тебя уважать. И тоже начнут презирать и отстраняться. Поверь, у общества есть средства, чтобы изолировать подобных людей. С ними не общаются, не берут на работу и т.д. А если те начинают «выступать» и доказывать «своё право» кулаками, на них быстро находят управу — ту же милицию. Это сейчас ты ещё молодой и под «полную статью» не попадаешь. А «стукнет» 16 — и привет. Повторяю, это жизнь и её законы.*

### Вскрытие проблемы

Когда у подростка в результате первого этапа взаимодействия сформируется мотивация к работе, можно переходить ко второму этапу — поиску причин его агрессивности. Они могут быть самыми разными, но в большинстве случаев попадают под одну из таких категорий:

- искреннее непонимание подростком того, что его «вольное» поведение приносит боль окружающим;
- понимание в сочетании с чувством презрения к окружающим;
- психологическое удовольствие, испытываемое от причинения страданий;
- неуверенность в себе, страх перед окружающим миром, который скрывается за агрессивностью;
- старые обиды и претензии;
- наличие убеждений и психологических установок, оправдывающих насилие;
- подчинение нормам поведения окружающего агрессивного социума.

Для выявления этих причин можно использовать различные методики. В том числе, психодиагностические (например, «Несуществующее животное»). Также можно выявлять причины путём простой беседы — если они хорошо осознаны. Если же причины осознаны плохо, необходимо прибегнуть к некоторым психологическим приёмам. Приведу те из них, которые не требуют профессиональной психологической подготовки.

#### *Поэтапные ответы на простые вопросы.*

Типичные вопросы: что ты сделал? Зачем ты это сделал? Почему ты это сделал? Почему ты так решил?

К сожалению, многие агрессивные поступки совершаются импульсивно. Об их причинах и последствиях ребята не задумываются. Из-за этого агрессия постепенно становится нормой поведения, а справедливое наказание оказывается для агрессора полной неожиданностью. Предложенные вопросы помогают подростку понять причины собственного поведения, ход собственных мыслей. В результате он начинает учиться навыкам самоконтроля. Задавать са-

**Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание**

ми вопросы можно различным тоном, но упорно и настойчиво. До тех пор, пока главная причина не будет извлечена на свет.

Пример:

- Ты опять устроил драку с Петей. Зачем?
- Он сам наварлся...
- Правда? Но ведь Петя явно слабее тебя. И ты каждый раз его избиваешь.
- Так ему и надо.
- За что надо?..
- Он гад.
- Почему он гад?
- Гад, и всё...
- Интересно! А Вася — гад?
- Нет.
- А Коля — гад?
- Нет.
- Так почему же Петя — гад?
- Я из-за него опять двойку на контрольной получил.
- Как же он «помог» тебе её получить?
- Списать не дал.
- А раньше давал?
- Давал.
- И ты хорошие отметки получал?
- Получал.
- Но ведь ты же всё равно ничего не знал. Какая разница, были у тебя пятёрки или двойки?
- Так за двойки наказывают...

И т.д.

*Предложение основных вариантов ответа на выбор. Провокация на правильный ответ. Пресечение попыток лжи.*

- Снова подрался? Почему на этот раз? Не дали списать? Обозвали слабаком?
- Нет!
- Ну, тогда, наверное, стянули любимую ручку...
- Нет!
- Что? Сказали что-то плохое про любимую футбольную команду?
- Да нет!!!
- Тогда почему? Я ведь так до завтра могу продолжать.
- Ну, они про одного человека гадости говорили...
- Понятно. А этот человек, что, и правда такой?
- Нет!!!
- Тогда чего ты так волнуешься? Мнение этих болтунов для тебя так важно?

*Предложение заведомо наихудшей интерпретации причин агрессивного поведения. Провокация на правдивый ответ.*

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

Пример:

*Итак, ты не хочешь говорить, почему погрался. Вывод: ты не понимаешь, почему это сделал. Поскольку такое непонимание, чаще всего, присуще людям умственно отсталым, делаем вывод — ты умственно отсталый. По-научному, дебил. Нет? Ну тогда скажи мне, почему ты это сделал. Если трудно так сразу сформулировать, я помогу. Скажу за тебя простыми словами.*

### Снятие основной причины агрессивности

После выявления основной причины агрессивности можно приступать к работе по её снятию. Для этого рассмотрим каждую из уже перечисленных возможных причин.

**Искреннее непонимание человеком того, что его «вольное» поведение приносит боль окружающим**, к сожалению, бывает свойственно и взрослым. Суть проблемы сводится к тому, что человек смотрит на всё только со своей точки зрения, не может поставить себя на место других.

В контексте поставленной проблемы это означает, что подросток не понимает, что своими действиями причиняет боль. Например, не осознаёт, что шутливый подзатыльник ребёнку младше его на 2 — 3 года может стать для него по-настоящему сильным и болезненным ударом. И это не считая страданий, связанных с чувством страха, обиды и горького чувства бессилия перед более сильным человеком.

Чтобы помочь подростку понять чувства того, кого он бьёт, нужно поставить его на место избиваемого. Для этого существуют три основных способа.

Пример символической аналогии. *Ты говоришь: а что такого? Я его еле тронул, а он уже орёт как резаный. Проще говоря, ты не веришь, что твоя слабенькая оплеуха может причинять такую боль. Хорошо. Представь, что ты подбираешь камень и с силой бросаешь его. Скажи, испытываешь ли ты боль от соприкосновения с камнем? Нет. А тот, в кого ты этим камнем попал? Ещё какую. Но почему? Ведь вы же соприкоснулись с одним и тем же камнем. Вот по этой же причине тот, кого ты «еле тронул», и кричит от боли. То же самое касается и сказанных тобой в адрес других «шуточек», оскорблений и т.д. Они — те же камни, и точно так же причиняют боль тому, в кого попали.*

Пример рационального сопоставления. *Тебя самого когда-нибудь били? Тебе было очень больно и обидно? А как ты думаешь, те, кто тебя бил, понимали, как тебе больно? Почему? А теперь ответь, ты сам-то понимаешь, как больно и обидно тем, кого «немножко» бьёшь ты? И чем вообще ты лучше тех «гадов», которые побили тебя тогда? А раз так, то по какому праву ты называешь их «гадами»?*



### Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание

Пример наглядной физической демонстрации (из практики автора). *Ты хоть понимаешь, насколько разные ваши физические возможности? Твои и того ребёнка, которого ты обидел? Нет? Тогда дай сюда руку, я тебе покажу (педагог-взрослый человек берёт лагерь подростка в свою как при рукопожатии и медленно сжимает пальцы, пока подопечному не становится больно. Затем педагог ослабляет хватку, а потом вновь начинает сжимать лагерь оппонента, попутно предлагая ему сопротивляться и не поддаться. Естественно, все попытки сопротивления оказываются бесполезны). Ну как ощущения? Представил, что было бы, если бы я не остановился. А ведь я сжал твою руку не в полную силу. Чувствуешь, насколько я, средний взрослый человек, сильнее себя (пока)? Также и ты сильнее этого ребёнка, и твой «шуточный» пинок для него — сильный и болезненный удар.*

Примечание: в случае, если агрессивность подростка связана с простым неумением отличать приемлемые шутки от неприемлемых, нужно помочь ему найти эту грань, дать оценочные критерии.

**Понимание того, что насилие — зло, в сочетании с чувством презрения к окружающим.** Как правило, такие подростки ставят себя выше окружающих людей и считают, что имеют особые права. В том числе, творить насилие над другими. Корень такой уверенности чаще всего кроется в приписывании себе каких-то особых достоинств. Задача педагога в этой ситуации — вытащить некоторые из них на свет и доказать, что они, во-первых, не столь значимы, во-вторых, не дают каких-то особых прав.

Работа над данной проблемой представляет собой жёсткий допрос, который строится на таких вопросах: кто ты такой, чтобы...? Кто дал тебе право? В чём твои заслуги? Всякая попытка подростка оправдать своё особое положение жёстко и логично «разбивается».

Пример. *Ну и что, что у тебя уже есть своя школьная музыкальная группа, а у него нет. Это даёт тебе право издеваться? И вообще, тебе бы понравилось, если бы я влепил тебе пощечину на том лишь основании, что я сам зарабатываю себе деньги и живу без помощи родителей, а ты пока «сидишь у них на шее», а все заработанные деньги тратишь только на себя и своих дружков?*

**Психологическое удовольствие, испытываемое от самого процесса причинения страданий.** Поступать нужно в зависимости от того, осознаёт ли подросток факт чужих страданий или просто наслаждается их внешними проявлениями (например тем, как дёргается и вскрикивает человек, в которого попали камнем). Если не осознаёт, необходимо сперва довести этот факт до его сознания. Затем выставить его любовь к причинению боли перед ним самим в предельно отвратительном виде. При этом можно использовать примеры из уголовной хроники или из истории. Например, из истории зверств фашистских захватчиков над пленными.

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

Пример из практики автора: *однажды в школе в одиннадцатом классе произошёл отвратительный инцидент. Кто-то из мальчишек после уборки класса залил бутылку, предназначенную для полива цветов не водой... а мочой. С явным расчётом подшутить над учительницей. Налицо был групповой сговор, поскольку, извините за подробности, трёхлитровая бутылка была наполнена доверху. Инцидент имел огромный резонанс и был взят на контроль директором. Класс отнёсся к случившемуся по-разному. Одни недоумевали, «что это столько шума из-за ерунды». Другие относились к случившемуся как к «прикольной шутке». Доходчиво объяснять всю мерзость и низость данного поступка пришлось мне (требования вычислить виновников не ставилось). Я не стал читать абстрактные морали. Для начала я дал понять, что круг подозреваемых весьма узок. Это явно несколько мальчиков из данного класса. Далее я ещё более сузил круг, указав на то, что в классе есть «весельчаки», уже «засветившиеся» несколькими «оригинальными поступками». Так, один из парней — дело было вскоре после известной трагедии на мюзикле «Норг-Ост» — пришёл в школу с шуточным имитатором «пояса шахиды» и тайком хвастался им перед товарищами (мешочек на животе, два проводка и мигающая лампочка посередине). Затем я дал понять, что класс в целом тоже не может считаться невиновным в этих «шуточках», ведь даже сейчас многие демонстрировали своё одобрение «шутникам». Не было бы этого одобрения, не было бы и таких инцидентов. Только после этого я перешёл к оценке последнего инцидента. Я сказал: «Вы все изучали историю Великой Отечественной войны. Все знаете о зверствах фашистов в концлагерях — массовом умерщвлении людей голодом и тяжелейшей работой, расстрелах, отравлениях в газовых камерах. При чём тут вы? Отвечу. Как рассказывали очевидцы, пережившие этот кошмар, зверское, бесчеловечное отношение фашистов к людям проявлялось не только в этих глобальных актах насилия. Но и в мелочах. Например, они могли, нисколько не стесняясь, справлять, извините, нужду прямо на глазах у заключённых. Почему? Они просто не считали их за людей. А теперь ответьте мне на простой вопрос: в чём разница между этими фашистами и тем, кто подсунул собственному учителю «конечный продукт»?.. Наверное, только в том, что в отличие от фашистов, наши «шутники» трусливо спрятались от того, кому сделали гадость. Не согласны? Ну тогда ответьте, зачем это было сделано? Что этим хотели сказать?..*

*После подобной отповеди отношение класса к случившемуся резко изменилось. Ни одной подобной (и даже более мягкой) «шутки» больше зафиксировано не было.*

**Неуверенность в себе. Страх перед окружающим миром, скрываемый за агрессивностью.** Данный факт выявить совсем нетрудно. Обычно подобные подростки оправдываются тем, что «бьют первыми» ради того, чтобы их не ударили раньше. При этом своим оппонентам они приписывают повышено агрессивные намерения, це-

### Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание

леустремлённость в деле преследования своих возможных жертв, нереальную прозорливость и т.д.

В этом случае задача заключается в том, чтобы, во-первых, на примере конкретных ситуаций доказать подростку, что его страх преувеличен (почему ты уверен, что у твоего оппонента были именно такие намерения). В отдельных случаях — помочь повысить самооценку. Во-вторых, объяснить, что насилие часто имеет дальнейшие негативные последствия (рано или поздно твой страх, стоящий за готовностью в любой момент начать драку, «раскусят» и начнут тобой «вертеть» — подначивать, провоцировать, «брать на слабо»). В-третьих, наглядно продемонстрировать, что в подавляющем большинстве случаев есть и ненасильственные способы решения вопроса.

*Пример. Ты опять устроил скандал из-за того, что Вася «хотел спереть» у тебя книжку. Расскажи, пожалуйста, подробно, как всё было. Вася подошёл к твоей парте, увидел на ней книжку, огляделся по сторонам и, не заметив тебя, взял её в руки и начал листать? И ты, конечно, решив, что он хочет её присвоить, бросился к нему с гневным «А ну, положи где взял, урог!» Вася обиделся и сказал: «Сам урог! Подавись!» И швырнул книжку на парту так, что она слетела на пол и туда же столкнула учебник и тетради. В ответ ты, не слушая его «Ой! Извини...» бросился к его парте и стал расшвыривать его учебники и тетради по всему классу... А теперь подумай спокойно. Из-за чего возник весь сыр-бор? Из-за того, что ты твёрдо решил, что тебя собираются обокрасть. А почему ты так решил? Давай разберёмся. А ещё подумаем, как можно было бы поступить иначе, не выставляя себя перед всеми «буйным психом».*

**Старые обиды и претензии.** Данный факт также очень легко выявляется. Обычно подросток сам его демонстрирует, когда, объясняя свою агрессивность, начинает рассказывать, как его обидели в прошлом и как он не собирается снова так же «нарываться».

В этом случае основная работа сводится к расширению социального кругозора подростка. В итоге он должен понять, что его личный опыт слишком мал, чтобы делать глобальные выводы (можно привести множество примеров, когда люди, по мнению подростка, должны были поступить «как сволочи», поскольку это было им выгодно, а они, вопреки этому, показали себя «классными ребятами»). Что жизнь и люди не столь однообразны и примитивны, как он сейчас считает. Что мир слишком велик, чтобы думать лишь о том, как бы досадить лично ему (никто против тебя заговоров не плетёт. Это слишком долго, дорого и хлопотно. А ты пока не такая «большая птица»). Что постоянное припоминание обид вредит только самому подростку, поскольку люди всегда сторонятся злопамятных личностей (а свою злопамятность долго не скроешь). Что умение прощать и забывать обиды нужно, в первую очередь, самому подростку. Хотя бы как способ очищения от внутренней душевной грязи (подробно об этом будет сказано ниже).

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

**Наличие некоторых убеждений и психологических установок, оправдывающих насилие,** — одна из самых сложных проблем, иногда лежащих в основе агрессивного поведения. Она может представлять собой одну или несколько разрозненных идей-убеждений, оправдывающих открытое насилие (люди делятся на «овец» и «волков»), комплекс взаимосвязанных идей и даже целую мировоззренческую философию (общеизвестный образец — «Майн Кампф» Адольфа Гитлера).

Педагог должен показать подростку ущербность «философии насилия», что ему, как правило, нравятся лозунги, но он не представляет, как они будут реализовываться в реальной жизни и к каким вполне предсказуемым последствиям они приведут. В том числе — для него самого.

Работу над этой проблемой можно разделить на четыре блока.

*Логическое опровержение «философии насилия».* Суть блока сводится к тому, что подростка спускают с высот философских рассуждений на «грешную землю» и просят с позиции его философии ответить на простые жизненные вопросы. Если же он, как ему кажется, на них достойно ответил, задают новые уточняющие до тех пор, пока несостоятельность философии не станет очевидной.

*Логическое прогнозирование последствий реализации «философии насилия».*

Подростку предлагается описать в строгой логической последовательности, как он видит осуществление «философии насилия» в широком социальном аспекте. Затем его рассуждения логически и последовательно «разбиваются» и заменяются новыми, более реалистичными.

*Пример. Ты считаешь, что нужно отобрать деньги у богатых и раздать их бедным? Хорошо. Отобрали. Раздали. Дальше что? Бывшие богатые «свалили». Бывшие бедные погуляли, растратили «шальные деньги» на всякую «развлекуху», а затем... стали нищими... Объясню почему. Представь, была крупная компания (например металлургическая полного цикла). Ею управляли генеральный директор и несколько его помощников (топ-менеджеров). Они решали вопросы стоимостью в миллионы и миллиарды рублей. Где рыть, а где закрывать шахты для добычи руды. Где строить и сколько строить перерабатывающих заводов на тысячи рабочих мест каждый. Как организовывать ежедневную перегонку десятков товарных составов во все концы страны и т.д. Естественно, при такой ответственности они имели огромнейшие, по сравнению с простым сталеваром, оклады и были «богатеями». Теперь представь, что однажды рабочие (десятки тысяч) восстали против такой «несправедливости». Они схватили генерального директора и его топ-менеджеров, заставили отдать все сбережения, а затем прогнали. Сбережения поделили. Пошли их тратить. Потратили. Вернулись на завод в полной уверенности, что теперь будут «по справедливости» работать мень-*

### Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание

*ше, а получать в разы больше. «Обломались». Завод стоит. Электричества нет. Откуда его брали раньше — неизвестно (это знали только топ-менеджеры). И это только одна из тысяч проблем, которую раньше, незаметно для рабочих, решали «богатеи». И к решению которых оказался абсолютно не готов ни один рабочий или бригадир.*

*Иллюстративное доказательство пагубности «философии насилия».*

История богата фактами, наглядно демонстрирующими, что грубое насилие, основанное именно на «философии насилия», никогда ни к чему хорошему не приводило — ни к свободе, ни к равенству, ни к благоденствию. Только к ещё более жестокой тирании и нищете. (Пример тому — все насильственные революции.) Именно на этом факте стоит остановить внимание подростка.

*Эстетическое развенчание «философии насилия».* Нередко приверженность «философии насилия» объясняется тем, что подросток идентифицирует себя с неким художественным, но совершенно нереальным образом, который понимает односторонне и трактует в свою пользу (и для которого насилие является второй натурой). Задача педагога — доказать, что реальное поведение подростка не соответствует этому образу или что образ не имеет тех положительных качеств, которые он ему приписывает. Закончить проработку вопроса можно следующим посылом: аргументированно сопоставить поведение подростка с поведением какого-нибудь другого персонажа, гораздо менее симпатичного.

*Пример. Представим себе типичную группу «идейных хулиганов», которые держат в постоянном напряжении и окружающих, и друг друга (поскольку сами постоянно конфликтуют и «грызутся» между собой по любому поводу). Никакими моральными доводами их пронять нельзя. На все увещевания они гордо отвечают: «Мы — волки. Свободные, гордые и сильные. Пусть нас все боятся. Это правильно. Так и должно быть». Что тут можно ответить? Только то, что эти подростки, судя по их поведению, не волки, а скорее — крысы. И крысами останутся, пока будут продолжать так себя вести. И относиться к ним будут как к крысам. И бороться с ними будут как с крысами — без всякого уважения к ним как к «сильному противнику». Вывод: чтобы получить право называться волками, надо сперва научиться быть обычными порядочными людьми. Причина — многим вполне обычным людям есть чему поучиться у реальных волков. Хотя бы в плане отношения к более слабому собрату или поверженному сопернику.*

*Подчинение нормам поведения окружающего агрессивного социума (реальным или кажущимся).*

Усложнённый вариант предыдущей проблемы. Источником «философии насилия» являются конкретные люди, пользующиеся авторитетом в глазах подростка. Чаще всего это либо представители криминального мира (например, дворовая шпана, подбивающая подростка

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

на агрессивные действия), либо представители экстремистских молодёжных субкультур. Работа с этой проблемой ведётся теми же приёмами, что и с предыдущей. Плюс добавляется несколько новых. Их общая суть сводится к «развенчанию» «певцов насилия» в глазах подростка. Для этого ему сперва задаются простые и конкретные вопросы об этих людях. Затем, совместно с подростком, прогнозируется их наиболее вероятное безрадостное будущее. Затем задаётся вопрос: хотел бы подросток это будущее с ними разделить?

Пример вопросов: кто они? Сколько им лет? Как они себя обычно ведут? Что они реально (а не на словах) умеют делать? Кем и где работают? Учатся ли? На что живут? С кем общаются? Как реально относятся к тебе? Какие у них, по-твоему, перспективы дальнейшей жизни?

Как правило, вдумчивые ответы на эти вопросы дают безрадостную и совсем не симпатичную картину. Ведь зачастую «крутые парни» оказываются всего лишь злобными, ни на что не годными голодранцами, склонными к алкоголизму иди даже наркомании. Не умеющими отвечать на простые жизненные вопросы и скрывающие свою некомпетентность за агрессивностью и хамством. Не учащиеся, не работающие и не собирающиеся этим заниматься. Перебивающиеся разовыми «халтурами» или регулярными подачками от родителей или друзей. И перспективы этих «крутых» — соответствующие.

**Объяснение основных законов «социального возмездия»**

Зачастую простого объяснения причин, по которым желательно сдерживать свою агрессию, бывает недостаточно. Так, подросток может решить, что здесь и сейчас, т.е. в коллективе, где его «раскусили» и «вывели на чистую воду», стоит притихнуть и притвориться пайнкой. Но зато уж в каком-нибудь другом месте, где его ещё никто не знает, можно будет «развернуться вовсю».

Беда в том, что такие подростки не понимают простой истины: общие закономерности жизни и общие способы реагирования общества на неоправданное насилие везде одни и те же.

Далее я перечислю и опишу несколько общих закономерностей жизни, о которых стоит знать любому подростку, склонному к агрессии, поскольку они срабатывают хоть и не всегда, но очень часто.

*Первая закономерность: накопление критической массы отрицательных эмоций и её взрыв.*

Известно, что обиды, которые агрессивный подросток регулярно наносит окружающим, вызывает у них отрицательные эмоции, которые, разрастаясь, вызывают жгучую ненависть. Теперь малейший проступок, который другому моментально простили бы и забыли, начинает восприниматься как вселенское зло. И в результате какого-нибудь мелкого инцидента коллектив может «взорваться» и на-

**Е.О. Пятаков. Подростковая агрессия: «лечение» через осознание**

броситься на своего обидчика, разом припомнив все обиды. Как реальные, так и мнимые. Внешне это может выглядеть как необъяснимое, неоправданно-жестокое групповое избиение. Наверное, любой специалист по работе с трудными подростками может припомнить подобный случай, когда «нехорошие сверстники» побили «хорошего мальчика». Однако при разборе причин избиения иногда выясняется, что «хороший мальчик» был не так уж и хорош. Например, сплетничал, наушничал, делал мелкие гадости, сеял раздоры, обижал малышей. Итог — получил разом за все прошлые и настоящие прегрешения.

*Вторая закономерность: расплата «по счетам».*

Принцип вызревания ситуации тот же, что и в первом случае. Отличается только финал. Он сводится к тому, что человек попадает в беду и нуждается в посторонней помощи. Но те, кто мог бы ему помочь, не только не помогают, но и используют сложившуюся ситуацию, чтобы отомстить. Например, подросток подозревается в совершении преступления. Следователь начинает выяснять подробности о нём. У кого? У тех, кто знаком с подозреваемым. Что же он слышит? Кучу всяких гадостей пополам с конкретными фактами. К какому выводу приходит следователь, а за ним прокурор и судья? Этот подросток — мог совершить преступление. Отныне он — главный подозреваемый.

*Третья закономерность: возвращение бумеранга.*

Те подлости, которые человек совершил когда-то безнаказанно в отношении других, могут быть им самим благополучно забыты. Но их часто не забывают те, кому эти подлости были сделаны. И нередко, порой спустя годы, бывшие обиженные получают хороший шанс отомстить. И некоторые им пользуются.

*Четвёртая закономерность: переход различных форм насилия из одной в другую.*

Некоторые люди искренне верят, что насилием могут считаться лишь те поступки, которые связаны с открытым физическим воздействием. Различные же формы словесного или морального воздействия насилием не являются и не могут подвергаться какому-либо порицанию и запрету. Поэтому они очень удивляются, когда вдруг человек, которого они дразнили, вместо того, чтобы дразниться в ответ, набрасывается на них с кулаками и начинает остервенело бить. Удивляться же тут нечему. Насилие имеет разные формы. Эффект же всегда один — боль, причинённая жертве. У каждого человека есть свои эффективные способы причинения боли. Кто-то лучше бьёт кулаком. Кто-то — словом. Поэтому не стоит ожидать, что нанеся удар одним способом (словом), ты получишь сдачи тем же способом. Ведь человек может плохо владеть языком, зато хорошо — кулаком. Так зачем же ему пускаться в ход то, что у него работает хуже?

## ТЕХНОЛОГИЯ И ПРАКТИКА

*Пятая закономерность: «закон подлости» любит неосторожных, агрессивных просто обожает.*

Эта закономерность проявляется в том, что люди, ведущие себя повышенно агрессивно, гораздо чаще других становятся жертвами «случайного несчастного стечения обстоятельств». И, что ещё хуже, делают жертвами других. Они искренне не понимают, что их действия (подножки, удары, толчки) опасны всегда, поскольку неожиданны. А мест, абсолютно безопасных для подобных шуток, в природе почти не существует. Ведь даже обычный школьный класс или комната с её привычной мебелью может стать причиной серьёзной травмы или даже «убийства по неосторожности». Представим совершенно реалистичную ситуацию. Какому-то, в общем неплохому, парню захотелось повеселиться на перемене в классе. Он решил пошутить. Не нашёл ничего лучше, как подставить приятелю подножку. Приятель упал. Немножко жёстче, чем ожидалось. И получил серьёзную травму. Что можно сказать в оправдание «шутника»? Он не хотел. Он не нарочно. Это всё случайность...

### Привитие социальных навыков

То, что было описано выше, можно условно назвать бросанием в мозг подростка зёрен отвращения к насилию и неадекватной агрессивности. Теперь же пришла пора посеять иные зерна — зёрна **сострадания, нравственности, совести, дисциплины**. В чём будет заключаться этот процесс? В том, что я попробую доходчиво и рационально объяснить, зачем нужны названные выше качества. Ведь именно недоразвитость этих качеств часто делает подростков агрессивными.

Человек, презрительно относящийся к таким явлениям, как совесть, нравственность и т.д. всегда в чём-то ущербен... И эта ущербность, рано или поздно, начинает портить ему жизнь. Например, очень «крутой» бизнесмен, сколотивший своё состояние безнравственным путём (выжимая своих работников «как губки», а затем увольняя), может однажды обнаружить, что у него не осталось друзей, нет семьи, а главное, почти не осталось шансов их приобрести. Ведь никому не хочется общаться с «ожившей бесчувственной ледяной глыбой». Точно так же ущербным оказывается человек недисциплинированный, эгоистичный и т.д. Примеров можно привести множество. Они известны любому взрослому человеку, поэтому я не стану их приводить.

---

*К сожалению, агрессивность не всегда можно побороть одним переубеждением. Особенно, когда она стала устоявшейся формой поведения. Силы первичной мотивации на «мир и дружбу» может оказаться недостаточно для борьбы с отработанными агрессивными навыками поведения. Поэтому для окончательного решения проблемы требуется учить подростка неконфликтному взаимодействию с окружающим миром. Для этого необходимо вовлекать его в общественные мероприятия, игры, творческие проекты. Но это уже отдельная тема.*

---