

1.2. Психология развития и психотерапия

Опора на психологию развития в процессе психотерапии

[...] Почему же так важно учитывать психологию развития в психотерапии с детьми и подростками? Попробуем ответить на этот вопрос.

1. Прежде всего, это важно для диагностики: чтобы понять проблему ребенка, необходимо знать, на какой стадии развития он находится, что характерно для этой стадии, знать психологические особенности возрастного периода, понимать, соответствует ли развитие ребенка нормативам возраста.
2. Знание закономерностей и законов развития позволяет понять, в каком направлении идет развитие, и учитывать это в психотерапевтическом процессе. Психотерапевт должен ориентироваться на то, каким ребенок должен быть через какое-то время, не возвращать ребенка к тому моменту, когда у него возникли проблемы или нарушения, а вести его к его возрасту.
3. Субъективная тяжесть расстройства или проблемы зависит от возраста и уровня развития ребенка. Очевидно, например, что отношение ребенка к таким расстройствам, как энурез или речевые проблемы, их влияние на жизнь ребенка изменяется с возрастом. Так, если дневной или ночной энурез в дошкольном возрасте является проблемой преимущественно для близких, то в школьном возрасте это болезненно переживается ребенком, чревато отвержением со стороны сверстников, страхом перед школой, отказом посещать ее и т.д. Кроме того, прогноз развития расстройства связан с возрастом, в котором оно появилось. Некоторые проблемы или нарушения имеют тенденцию ослабевать с возрастом, и возможно, не требуют вмешательства.
4. Необходимо учитывать факторы и зоны риска. Так, например, в раннем возрасте факторами риска являются не произошедший разрыв симбиотической связи с матерью или слишком жесткое обучение гигиеническим навыкам. У дошкольника фактором риска может являться отсутствие отцовской фигуры, а зоной риска — формирование половой идентичности. У младшего школьника зоной риска является школьная успеваемость и формирующаяся на этой основе самооценка, а факторами риска могут быть интеллектуальная неготовность к школе, симбиотическая связь с матерью, ее гиперопекающее поведение, отношения с учителем или со сверстниками. У подростка общение со сверстниками является и зоной риска, и ресурсом.
5. Необходимо учитывать сензитивные периоды, в течение которых восприимчивость ребенка к тому или иному типу воздействий окружающей среды максимальна. В эти

периоды соответствующие воздействия воспринимаются ребенком наиболее полно и включаются в его индивидуальный опыт. Всё, что пропущено и не сформировано в сензитивный период развития, в следующих возрастах не компенсируется, т.к. соответствующая функциональная система закрывается, теряет свою пластичность, «смыкается», как створки раковины. Учет сензитивных периодов актуализирует ресурсы ребенка. Так, например, дошкольник, сензитивен к развитию воображения, младший школьник — к познавательной деятельности, у подростка такой сферой является самосознание, сензитивность к самоизменениям.

6. По мере взросления у индивида изменяется чувствительность к различным вредным воздействиям, изменяются и зоны уязвимости, зоны риска.
7. У детей иная временная перспектива, чем у взрослых. С детьми это всегда работа «здесь-и-сейчас». В то же время, некоторые аспекты терапевтической работы могут осуществляться по отношению к задачам, находящимся в зоне ближайшего развития, в координатах «вскоре-и-вблизии».
8. Для разных возрастных этапов существуют разные стратегии совладания в трудных ситуациях. Например, дошкольники находят поддержку в игре, фантазировании, а подростки, как правило, ищут поддержку в общении со сверстниками, в групповых действиях.
9. Чрезвычайно важным является соответствие методов психотерапии возрасту ребенка, его индивидуальным особенностям и проблеме. Так, если говорить о соответствии возрасту, то наиболее адекватным методом психотерапии в дошкольном и младшем школьном возрасте являются игра и рисование.

Обращение к психологии развития приобретает особую значимость для психоаналитически (психодинамически) ориентированной психотерапии, что обусловлено и самой структурой психотерапевтической ситуации, и движением психотерапевтического процесса. Взаимодействие психотерапевта и пациента в ходе психоаналитической психотерапии воспроизводит ранние отношения матери (значимого лица) и ребенка. Следовательно, понимание особенностей раннего взаимодействия может помочь терапевту выявить эти моменты в психотерапевтическом процессе, понять чувства ребенка, возникающие в переносе, и свои контрпереносные чувства. Воссоздание в психотерапевтической ситуации, в отношениях «психотерапевт — пациент» ранних отношений матери и ребенка особенно ярко описано у Д. Винникотта.

Выше мы попытались сформулировать основные позиции, обуславливающие необходимость в процессе психотерапии с детьми и подростками обращаться к психологии развития. Психология развития — это обширнейшая область знания, для нас же будут важны те ее аспекты, которые в большей мере релевантны психотерапии и психотерапевтической помощи. Обращаясь к психологии развития, мы будем, в первую очередь, опираться на положения отечественной культурно-исторической традиции, т.к. именно в ней наиболее глубоко проработаны теоретические основания возрастной психологии, сформулированы законы развития, определена единица развития. Одновременно мы будем использовать данные, накопленные в других теориях развития.

Согласно Л. С. Выготскому, центральной для детской психологии и психологической практики является проблема возраста. Как отмечает Г. В. Бурменская, создав концепцию возраста, Выготский ввел новую единицу анализа детского развития — целостные возрастные периоды развития. Выделение этой «макроединицы» анализа, по сути, заложило основу современной консультативной практики, обусловило понимание того, что «частные явления психологического развития должны рассматриваться в контексте понятия возраста». Как известно, Выготский определял возраст через социальную ситуацию развития и психологические новообразования возраста. Новообразования возраста подчиняются общим закономерностям развития, но при этом они возникают в качественно специфической форме. Итак, связь психологии развития и психотерапии мы будем прорабатывать через структуру возраста (социальную ситуацию развития, ведущую деятельность, новообразования возраста), выделяя «решающие события» каждого возраста. Попытаемся также определить факторы риска, то есть те влияния, которые могут оказаться потенциально опасными для развития ребенка в том или ином возрасте, и зоны риска, а именно те психические области, которые наиболее чувствительны и уязвимы для разного рода воздействий.

[...]