

Гусельцева М.С.

Рецензия на книгу Madsen O.J.
Life skills and adolescent mental health:
Can kids be taught to master life?
London: Routledge, 2023

Guseltseva M.S.

Book review. Ole Jacob Madsen.
Life skills and adolescent mental health:
Can kids be taught to master life?
London: Routledge, 2023

*Федеральный научный центр психологических
и междисциплинарных исследований, Москва, Россия*

*Институт психологии им. А.С. Выготского,
Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия*

В своей новой книге норвежский психолог Оле Мадсен обсуждает рост терапевтической культуры и психологизации современного общества. Среди ключевых тенденций современности он выделяет переход от традиционного социального существования к высокой индивидуализации жизни. Это означает, что все больше ответственности за психологическое благополучие, за совершаемые выборы и принятые решения возлагается на самого человека. В сфере образования и социализации подрастающих детей и подростков подобное положение вещей влечет за собой пересмотр содержания образования и введение новых учебных программ. В скандинавских странах в систему образования вводятся междисциплинарные учебные предметы, посвященные здоровью и жизненным навыкам, включая знания о своем теле и психическом здоровье, современном образе жизни, финансовой безопасности и потреблении. Однако О. Мадсен задается вопросом, помогает ли введение в учебные планы указанных специальных дисциплин на самом деле укрепить психическое здоровье подростков и помочь молодежи лучше справляться с текущими проблемами такими, как школьный стресс и давящие социальные ожидания? Цель его книги – подвергнуть сомнению распространенные идеи, касающиеся цифровой безопасности, молодежных проблем с психическим здоровьем и навыков жизненного мастерства, которые повсеместно вводятся в школах. О. Мадсен приходит к выводу, что пересмотр содержания образования направлен на то, чтобы возложить ответственность за собственное физическое и психическое благополучие на личность, а не устранять нарастающие в современном обществе политические и социальные

дисфункции, например, проблемы неравенства, безработицы, доступности качественного образования и медицины. Согласно О. Мадсену, решение системных институциональных проблем средствами индивидуальных жизненных стратегий является распространенным когнитивным искажением, а рост терапевтической культуры и тотальной психологизации способен сделать молодежь гораздо более уязвимой и менее устойчивой к жизненным кризисам.

Ключевые слова: терапевтическая культура, жизненные навыки, психическое здоровье, молодежь, подростки, социализация в условиях современности, личность

Для цитирования: Гусельцева, М.С. Рецензия на книгу Madsen O.J. Life skills and adolescent mental health: Can kids be taught to master life? London: Routledge, 2023 // Новые психологические исследования. 2023. № 4. С. 140–157. DOI: 10.51217/npsyresearch_2023_03_04_09

Новая книга уже знакомого читателям журнала Оле Якоба Мадсена (Ole Jacob Madsen, р. 1978), профессора культурной и общественной психологии в университете Осло, посвящена вопросам терапевтической культуры и психического здоровья подрастающих поколений.

Это небольшое, лаконичное издание состоит из Введения (р. vii–xix) и трех содержательных частей: «Жизненное мастерство: руководство пользователя» (Life mastery: a user handbook, р. 1–17); «Жизненное мастерство в контексте» (Life mastery in context, р. 18–52); «Между риском и устойчивостью» (Between risk and resilience, р. 53–91).

Откровенная озабоченность психическим здоровьем детей и подростков, согласно О. Мадсену, выступает одной из глобальных тенденций современности, которая особенно ярко проявилась в Норвегии. Начиная с 2020 года, в норвежских образовательных учреждениях, от детских садов до высшей школы, в рамках учебных программ были внедрены три сквозные междисциплинарные темы. «Эти три темы – здоровье и жизненные навыки, устойчивое развитие, а также демократия и гражданство – были выделены для отражения текущих ключевых социальных проблем, с которыми современная молодежь неизбежно и обязательно столкнется в течение своей жизни» (Madsen, 2023, р. vii).

Похожие тенденции и намерения ввести в школьную программу уроки психического здоровья наблюдаются в Дании, Швеции, Финляндии. «Систему образования Финляндии нередко называют лучшей в мире. Зачастую упоминается практика отсрочки начала обучения до семи лет, меньшее количество обязательных

стандартизированных тестов, низкий объем домашних заданий и уникальный престиж учителей. Однако недавний отчет в журнале “The Lancet Child & Adolescent Health” указал на, возможно, упускаемый из виду важный компонент: социальную и медицинскую помощь учащимся, предоставляемую самими школами» (Madsen, 2023, р. x). В Великобритании саморегулирование, управление собой, построение межличностных отношений и понимание своих чувств является одним из ключевых компонентов программы «Личностное, социальное и эмоциональное развитие» (Madsen, 2023).

Итак, учебные программы обновляются, следуя вызовам и социокультурным движениям современности. Однако О. Мадсен отмечает, что текущие трансформации влекут за собой гораздо менее отрефлексированные изменения, касающиеся самих способов размышления о благополучии и психическом здоровье детей и подростков. Так, за общей стратегией обновления содержания учебных программ лежит глубинная идея о том, что подрастающие поколения нуждаются в руководстве и в наставлениях, каким образом проживать и строить собственную жизнь, как совершать ответственные выборы в отношении собственного здоровья; и именно на школьное образование возложена миссия – подготовить детей ко взрослой жизни в меняющемся мире (Madsen, 2023).

О. Мадсен обращает внимание на распространяющиеся убеждения, что не столько институциональные условия, сколько собственное поведение человека является основным источником его проблем с физическим и психическим здоровьем. В свою очередь, этими убеждениями обусловлены как беспокойство о том, что социализация современных детей и подростков в условиях цифровой повседневности обременена избытком стимулов и информации, так и идеи о важности обучения подрастающих поколений жизненным навыкам. «Похоже, что жизненные навыки часто воспринимаются как ответ на трудности жизни молодого человека, который реагирует на вызовы либо страдает от проблем с психическим здоровьем в начале XXI века. Более или менее систематические попытки обучения жизненным навыкам, помимо уже упомянутых стран, можно найти в Голландии, Германии, Греции, Канаде, США, Мексике, Бразилии, Южной Африке, Гонконге, Пакистане, Непале и Индии. Жизненные навыки также периодически фигурируют в мировых программах развития, направленных на расширение прав и возможностей молодых людей и, в частности, девушек...» (Madsen, 2023, р. xiv).

О. Мадсен приходит к выводу, что обучение подрастающих поколений жизненным навыкам является слишком простым и быстрым ответом на проблемы развития детей и подростков в условиях меняющегося мира. Кроме того, концепция жизненных навыков нередко становится вопросом идеологии и политического выбора. Между тем необходимо проблематизировать сами вопросы: возможно ли научить детей владеть жизнью во всех ее проявлениях и так ли уж необходимо это делать?

«Жизненное мастерство: руководство пользователя»

Жизненное мастерство – довольно привлекательная концепция, которую, казалось бы, все поддерживают. «Однако жизненные навыки далеко не так просты, свободны от побочных эффектов и политически нейтральны, как может показаться на первый взгляд» (Madsen, 2023, p. 1). Решение о введении в школьное образование в качестве междисциплинарного предмета «навыков здоровья и жизни» поднимает ряд вопросов как принципиального, так и прикладного характера, начиная с наиболее фундаментального вопроса о том, можно ли в принципе овладеть жизнью, а также включая другие вопросы: помогает ли освоение уроков жизненного мастерства решать те конкретные проблемы, с которыми сталкиваются молодые люди в Норвегии и других странах? Действительно ли школа способна научить детей и подростков искусству правильной жизни? Обладают ли учителя необходимыми компетенциями, чтобы преподавать такой предмет? Несут ли учащиеся большую ответственность за управление собственной жизнью? И что делать, если освоение уроков жизненного мастерства под силу далеко не всем, а лишь некоторым ученикам? (Madsen, 2023).

Согласно программным документам, регламентирующим в Норвегии работу системы образования, здоровье и жизненные навыки как школьный междисциплинарный предмет обеспечит учащимся компетентности, способствующие хорошему психическому и физическому здоровью, позволит сделать ответственный жизненный выбор, сформировать позитивную самооценку и устойчивую идентичность (confident identity) на этапе взросления. Тематически новый предмет охватывает физическое и психическое здоровье, образ жизни, вопросы пола и гендера, профилактику наркозависимости, грамотное использование и потребление средств массовой информации, а также умение распоряжаться личными накоплениями. Сюда также относятся вопросы смысла жизни и приверженности

ценностям, межличностное общение, способность устанавливать личные границы и уважать границы окружающих, а также умение управлять своими мыслями, эмоциями и отношениями. Ключевая идея этого учебного предмета – предоставить детям инструментарий, помогающий овладеть жизнью. Между тем «азбуки мыслей, эмоций и действий» при всем желании в школьном портфеле не найти, – скептически замечает О. Мадсен (Madsen, 2023, p. 23).

Ученый обращает внимание, что, по сути дела, в этих инициативах речь идет о копинге, относящемся к дисциплинарной области психологии. Такие термины, как психологическая устойчивость (psychological resilience), самоэффективность (self-efficacy), саморегуляция (self-regulation), стойкость (grit) и готовность учиться (learning mindset), являются наиболее яркими психологическими конструктами последних лет. Они проистекают из сложившихся традиций психологических исследований и более конкретны, чем, например, термин «жизненное мастерство». Самоэффективность относится к вере в собственные способности и ресурсы, используемые в различных жизненных ситуациях. Саморегуляция предполагает управление поведением, мыслями и эмоциями субъекта, обусловленными теми целями, которые он ставит перед собой. О. Мадсен обоснованно сомневается, что жизненное мастерство в качестве универсального набора навыков, призванных помочь детям и подросткам достичь успеха и благополучия на жизненном пути, в принципе существует. «Одно дело – установить, что высокая степень психологической устойчивости, способность к саморегуляции или жизнестойкость ... связаны с преуспеванием в жизни и успехом в достижении целей; совсем другое дело – настаивать на том, что сумму этих качеств можно развить как индивидуальную способность детей и подростков в междисциплинарном курсе жизненного мастерства в школе. Путь к месту назначения не всегда является прямым, хотя может показаться заманчивым таковым его увидеть» (Madsen, 2023, p. 4).

«Жизненное мастерство в контексте»

Размышляя о том, каким образом жизненное мастерство попало в школьную программу, О. Мадсен предлагает обратиться к анализу исторического, культурного, политического и идеологического контекстов современности. «В последние годы мастерство жизни можно рассматривать как часть повышенного внимания к укреплению здоровья и профилактической работе, не в последнюю очередь в психологии. Такие цели, как спасение человека от недугов, а общества

от ненужных затрат на лечение, в принципе, нетрудно поддержать. Но, как всегда, когда начинаешь копаться в добрых намерениях, находишь, если не прямой путь в ад, то, по крайней мере, обходные пути, которые, без сомнения, ведут на ложный путь» (Madsen, 2023, p. 18).

О. Мадсен отмечает, что разного рода «диагностические категории», например, тревога и депрессия, служат не только для описания симптомов, но и создают особые интерпретативные рамки, побуждающие молодых людей определенным образом воспринимать себя и свое окружение. Для описания внутренней жизни люди используют языки современной им культуры, а когда современная культура становится терапевтической или диагностической, она неумолимо творит самопонимание добра и зла в категориях здорового и больного (Madsen, 2014, 2018). Современная культура психологизируется, и, как следствие, это повышает «вероятность того, что молодые люди обратятся к психологу или терапевту» (Madsen, 2023, p. 21). В каких-то случаях это бывает полезно, но есть все основания «предположить, что введение профилактических мер, таких как улучшение здоровья и жизненных навыков, не обходится без потенциально нежелательных побочных эффектов» (Ibid.). Именно эти побочные эффекты требуют изучения.

Так, начиная с 1960-х гг. в западном мире происходила «психологическая революция» (в других терминах – «психологическое просвещение»). Согласно О. Мадсену, распространение в обществе терапевтических понятий и идей об овладении жизнью «можно рассматривать и в контексте ведущих тенденций психологии второй половины XX века» (Ibid., p. 22). «Вера в спасительный потенциал психологии для каждого также оставила свой след в Норвегии, и за короткий период статус психологии стал одной из самых заметных профессий в норвежских средствах массовой информации» (Ibid.). Более того, для норвежского общества распространение психологической грамотности среди населения сделалось идеей социального конструирования, в которой стали видеть решения проблем будущего. Даже в программе Норвежской психологической ассоциации отмечается, что деятельность психолога включает политический интерес, политического субъекта и социально-политическую организацию, и эти три элемента взаимно поддерживают друг друга (Madsen, 2023). Когда же психология становится политикой, иронично замечает О. Мадсен, легко привести аргументы в поддержку учебных программ психического здоровья и уроков жизненного мастерства, но гораздо труднее искать контраргументы.

Глобальные тенденции распространения терапевтической культуры и психологизации современной жизни обусловили мотивации обязательного включения психологии в образовательные программы. Так, представители христианско-демократической партии Норвегии убеждены, что «потребность в жизненном мастерстве в школах возрастает по мере секуляризации общества»; недопустимо, когда подрастающие поколения предоставлены самим себе и «никому за ним не присматривает»; распространение психологических знаний способно заполнить этот вакуум (цит. по: Madsen, 2023). Образовательным учреждениям в этом контексте отводится ключевая роль для укрепления психического здоровья подрастающих поколений. Раннее вмешательство в школах и детских садах, считающееся универсальным средством для исправления всего того, что видится в норвежском обществе неблагоприятным, «следует понимать как политически и профессионально инициированное» (Ibid., p. 31). При этом О. Мадсен справедливо замечает, что проблемы психического здоровья, с которыми сталкиваются сегодня молодые люди, обсуждаются вне учета реальных источников стресса и давления, практически не затрагивая вопросы о том, какие социальные, политические и институциональные условия за это ответственны. Так, присущая современной западной культуре тенденция индивидуализации означает, что на человека возлагается все больше ответственности за сделанные выборы и их последствия, а различия между внешними событиями, находящимися вне личного контроля, и способностью человека справляться с ними посредством индивидуальных стратегий теперь уже не так очевидны. В современных обществах все чаще можно встретиться с ожиданиями от человека «найти биографические решения структурных кризисов» (Ibid., p. 35).

Избыточная же озабоченность социализацией подрастающих поколений создает рукотворно сконструированные проблемы – например, сосредоточенности подростков на самоощущении и своем психическом здоровье. «Влиятельные исследования Ungdata, проведенные NOVA, показывают, что на протяжении 2010-х годов норвежские учащиеся младших и старших классов средней школы сообщали о большем количестве проблем с психическим здоровьем» (Ibid., p. 21). В условиях взросления современных молодых людей образуется слишком много факторов искусственного управления жизнью и слишком мало естественной спонтанности. Влияние терапевтической культуры, настигшей школу, проявляется также в феноменах повышенной чувствительности и эгоцентричности субъектов поздней

современности. Однако «психологические решения, предписываемые движением за терапевтическое образование, не обязательно являются корректной социальной медициной и ... могут оказывать скорее усиливающее, чем обращающее вспять воздействие на эти особенности развития» (Ibid., p. 35).

За концепцией введения в систему образования учебных программ, касающихся здоровья и жизненных навыков, стоят, согласно О. Мадсену, три П – психология, педагогика и политика. Навыки, которые понадобятся учащимся в будущем, являющиеся не просто предметно-ориентированными, но познавательными и практическими, социальными и эмоциональными, меняют всю организацию школьной жизни. Из такой педагогической установки проистекают идеи, с одной стороны, о более углубленном, а с другой – о междисциплинарном обучении. «Навыки XXI века часто подразделяются на три основные области: навыки обучения, которые включают критическое мышление, творчество, сотрудничество и общение; текстовые навыки, связанные с информацией, со средствами массовой информации и технологиями; и жизненные навыки, которые содержат гибкость, лидерство, инициативу, продуктивность и социальные навыки» (Madsen, 2023, p. 32).

Помимо этого, в современной психологии возобладал социально-конструктивистский подход, согласно которому когнитивные, эмоциональные и поведенческие особенности, считавшиеся прежде устойчивыми характеристиками личности, сегодня могут быть развиты посредством предметного изучения и профессионального обучения. «Социальная миссия школы включает в себя нечто большее, чем навыки как цели по предметам. Школа также должна поддерживать развитие личности учащихся, способствовать хорошим межличностным отношениям и систематически работать с социальной средой в школе» (Ibid., p. 33).

Согласно О. Мадсену, все эти тенденции, усиливая друг друга, начинают работать как самосбывающиеся пророчества. Между тем, и общественное здравоохранение, и управление жизнью, и саморегулируемое обучение отнюдь не беспроблемны, а являются «выражением дискуссионного мировоззрения» (Ibid., p. 36).

Нуждающимся в дополнительном осмыслении является и тот факт, что две популярные психологические концепции – метапознание и саморегулирование – неожиданно получили новую сферу применения. «Эти две родственные концепции зародились в 1960-х и 1970-х годах в психологических лабораториях одного из самых

престижных университетов мира – Стэнфордского университета в самом сердце Силиконовой долины» (Ibid., p. 39). Полвека спустя им удалось не только расшириться, но и сделаться ключевыми ориентирами в образовательной политике Норвегии (Ibid.).

«Метапознание можно определить как знание и понимание собственных мыслительных процессов. Этот термин появился в 1970-е гг., и его часто приписывают Джону Флавеллу, почетному профессору психологии развития в Стэнфордском университете в Калифорнии. В широко цитируемой статье 1979 года “Метапознание и когнитивный мониторинг” Флавелл ссылается на исследования дошкольников и школьников, которым давали задание запомнить множество объектов и сообщать, когда они были уверены, что смогут их запомнить. Как правило, школьникам это удается, а дошкольникам – нет; они сообщают, что готовы, хотя на самом деле это не так. Точно так же дошкольники часто терпят неудачу при выполнении заданий, в которых они должны доказать, что инструкции, которые им дают, неверны, они заявляют, что им удастся следовать, хотя на самом деле это невозможно. Такие случайные открытия привели Флавеллу к выводу, что маленькие дети имеют ограниченные знания и осведомленность о своих когнитивных процессах (то, что он называет метапознанием), поскольку лишь в небольшой степени эти дети контролируют собственную память, понимание и прочую когнитивную деятельность. ...Флавелл стремился разработать модель метапознания как центрального элемента всего обучения, поскольку считается, что метапознание играет важную роль в вербальном общении, аргументации, понимании, чтении, письме, овладении языком, внимании, памяти, решении проблем, социальном познании, самоконтроле и самообучении. Последствия для образования были многочисленными, и Флавелл указал на эксперименты с умственно отсталыми детьми, которые, используя метакогнитивные стратегии, учились запоминать приказы. Другое исследование уточнило, как дети могут сделаться более эффективными читателями, постоянно контролируя свое понимание во время чтения. В заключение Флавелл высказывает многообещающий взгляд, согласно которому метапознание не только поможет детям лучше понимать материал и учиться в школе, но однажды сможет научить и детей, и взрослых принимать мудрые и обдуманные жизненные решения... <...> В обзорной статье, написанной более 20 лет назад, Дженнифер Ливингстон называет метапознание “одним из последних модных слов в педагогической психологии”» (Madsen, 2023, p. 40).

Саморегуляция в психологии означает, что субъект способен контролировать собственные действия, мысли и эмоции сообразно с текущими интересами и долгосрочным планированием. В отличие от самоконтроля, ограниченного сопротивлением непосредственным

импульсам и искушениям, саморегуляция подразумевает временную перспективу, а также разумное следование своим ценностям, целям и желаниям.

«Идея о том, что люди должны контролировать свою волю и подчиняться самодисциплине, далеко не нова. С древних времен у нас есть рассказы Гомера о способности Одиссея противостоять испытаниям, например, когда он сталкивается с манящей песней сирен. Одиссей привязывает себя к мачте и снабжает команду воском в уши. Классический случай стратегии саморегуляции, в которой субъект принимает меры предосторожности и не полагается для сопротивления на чистую силу воли. Более того, христианское описание творения иллюстрирует, как развиваются события, если контроль человека над собой не работает: Адам и Ева изгнаны из Эдемского сада» (Madsen, 2023, p. 41).

В современной психологии понятие саморегуляции ассоциировано прежде всего с классическим психологическим экспериментом Уолтера Мишела (Walter Mischel), известным как Стэнфордский зефирный эксперимент (англ. Stanford marshmallow experiment), посвященный исследованию отсроченного вознаграждения. На самом деле У. Мишел провел целую серию экспериментов с различными вознаграждениями, первый из которых состоялся в 1958 г., а затем с вариациями воспроизводился в Стэнфордском университете в 1960-е, 1970-е и 1980-е годы. Пилотное исследование происходило на островах Тринидад и Тобаго в бассейне Карибского моря, где У. Мишел принимал участие в полевых исследованиях своей супруги Фрэнсис Мишел (Frances Mischel). Там он столкнулся с широко распространенными представлениями, касавшимися разных этнических групп – выходцев с африканского континента и потомков индийских гастарбайтеров 1840-х гг. Жители африканского происхождения воспринимались местным населением как импульсивные и ориентированные на гедонистические ценности, тогда как уроженцы Индии в гораздо большей степени следовали представлениям о долге и необходимости жизненного планирования. У. Мишел решил проверить эти этнические стереотипы на выборке из 53 мальчиков и девочек в возрасте от семи до девяти лет.

«Детям был предоставлен выбор между маленькой конфетой стоимостью один цент, которую они могли съесть сразу, или более эксклюзивной сладостью за десять центов, но чтобы ее съесть им приходилось ждать неделю. Мишел обнаружил существенную разницу между этими двумя группами, хотя и не столь очевидную, как можно было предположить, исходя из предубеждений. 67% детей из этнической индийской

группы предпочли подождать, в отличие от всего лишь 38% детей из этнической африканской группы. Менее примечательно то, что Мишел также исследовал, присутствовал ли у детей отец или нет. ... Мишел считал, что их опыт ожидания вознаграждения от человека мужского пола может повлиять на результат. Но поскольку в индийской группе был лишь один ребенок без отца, для них это измерение не проводилось. Из 13 детей этнического африканского происхождения, которые хотели дождаться более драгоценной сладости, у всех присутствовал отец, а из 22, выбравших немедленное получение награды, у двенадцати отец жил дома, а у десяти – нет. <...>. После этого пилотного эксперимента Мишел вернулся в Стэнфордский университет для серии исследований на протяжении 1960-х и 1970-х годов, которые позже станут называться зефирным экспериментом. В исследовании, в котором впервые был представлен зефир, приняли участие 90 детей в возрасте от трех лет и шести месяцев до пяти лет и пяти месяцев из детского сада/яслей для детей студентов и сотрудников университета. Один за другим им предлагалась возможность удвоить вознаграждение, если им удастся дождаться и не съесть зефир, пока не вернется руководитель эксперимента» (Madsen, 2023, p. 42).

Некоторые дети были настолько импульсивны, что мгновенно проглатывали зефир, лишь экспериментатор исчезал за дверью, другие же поддавались искушению спустя несколько минут. Находились дети, которые придумывали хитроумные стратегии, например, откусив кусочек и перевернув зефир, чтобы скрыть этот факт. Наконец, была выделена группа детей, которым удалось подождать 15 минут, а затем получить вознаграждение в виде дополнительной зефирки. Эти дети использовали более продвинутые стратегии отвлечения, например, уходя играть в другую часть комнаты, занимая себя счетом вслух, закрывая глаза, отворачиваясь и т.п.

Любопытно, что эксперименты по изучению отсроченного вознаграждения и самоконтроля далеко не сразу сделали знаменитыми. Опубликовав результаты своих исследований, У. Мишел получил признание в узко профессиональной среде. Лишь в конце 1980-х гг. эксперименты обрели широкую известность. К этому времени У. Мишелу стало интересно проверить, как происходило развитие исследуемых им детей. Пообщавшись с родителями и учителями, попросив их оценить успеваемость и социальные навыки детей, он собрал информацию о 90 участниках эксперимента. Результаты нового исследования продемонстрировали, что дети, которым лучше других удавалось терпеливо ждать вознаграждения, добивались лучших результатов и в подростковом возрасте. Окружающие

оценивали их как более компетентных в школьной жизни и за ее пределами, рациональных, целеустремленных, дисциплинированных и психологически устойчивых, а также лучше подготовленных к решению жизненных проблем (Madsen, 2023).

Концепции метапознания и саморегуляции в наши дни представляют собой весьма привлекательные психологические подходы, создающие «соблазн применить их к себе, своим детям или ученикам» (Ibid., p. 47). Эти подходы хорошо укладываются в парадигму неолиберальной идеологии с идеальным образом гражданина, максимально ориентированного на самоуправление и вдохновленного концепцией М. Фуко, согласно которой более тонкие отношения власти и подчинения переводят внешний контроль в самодисциплину. О. Мадсен усматривает за новыми образовательными инициативами прежде всего идеологические, политические и социокультурные контексты. «Хотя неолиберализм 2000-х годов по своей форме был политической наукой, влияние таких предметов, как психология и поведенческая наука, стало более очевидным в 2010-е и 2020-е годы» (Ibid., p. 47), и в этом смысле образовательная политика вполне соответствует духу времени.

Между риском и устойчивостью

Педагогика и психологическая наука XX в. разделяли представления, что подростки наиболее подвержены девиантному поведению: склонны злоупотреблять психоактивными веществами, прогуливать школу, создавать подростковые преступные группировки, подвержены психическим заболеваниям, часто испытывают тревогу и депрессию. Терапевтическим решением этих проблем, связанных с подростковым возрастом, виделось содействие молодым людям в развитии устойчивости.

«В Норвегии у нас есть Ungdata – ряд местных молодежных опросов, которые предлагаются всем муниципалитетам и округам страны. Они финансируются Норвежским управлением здравоохранения за счет ежегодного гранта из бюджета центрального правительства. Их ежегодные опросы часто упоминаются среди сторонников здоровья и жизненных навыков в школах как показатель того, что на самом деле чувствуют молодые норвежцы. Молодые люди обычно сообщают, что у них дела идут относительно хорошо, но в то же время отмечают рост проблем с психическим здоровьем. Однако зачастую в средствах массовой информации сообщается именно о последнем» (Madsen, 2023, p. 53).

Жизненные навыки в школе не были бы массово внедрены без осознания того, что современные дети и подростки сталкиваются с проблемами, превосходящими проблемы предыдущих поколений. Между тем О. Мадсен обращается к высказыванию одного из практикующих педагогов, что жизнь сама по себе есть великий учитель, оказывающий развивающее воздействие на молодежь, и признание этого факта предотвращает нежелательную психологизацию подростковых проблем. Согласно О. Мадсену, сторонникам уроков жизненного мастерства недостает уверенности в цивилизующей силе жизни как таковой при переходе от подросткового возраста к взрослости. Демонстрация же «подлинной картины человеческой жизни как поиска баланса между обыденным и уникальным» в большей степени способствует хорошему психическому здоровью молодежи, нежели уроки жизненного мастерства, ибо обучает человека «быть одним из всех и в то же время давать место уникальности своей личности» (Madsen, 2023, p. 54).

Недавние опросы Ungdata показывают, что наиболее типичными жалобами молодых людей на психическое здоровье служат симптомы, связанные со стрессом. Гнет школьных оценок и озабоченность успеваемостью, нехватка времени и недовольство собственным телом занимают первое место среди психологических проблем, с которыми сталкиваются молодые люди. Однако вместо того, чтобы призывать их более эффективно справляться с трудностями, можно попытаться снизить давление социальных ожиданий и проявить больше терпения к поискам своего места в жизни (Madsen, 2023). Проблема заключается не в недостатке полезных жизненных навыков, а в том, что «детские сады и школы стали перегружены амбициями» (Ibid., p. 57).

Термином «стресс» в современном публичном пространстве легко злоупотреблять. «С этимологической точки зрения стресс означает нахождение под сильным влиянием и является синонимом таких слов, как давление, принуждение, тирания, свобода и долг» (Ibid., p. 60). За понятием стресса сегодня скрывается установка, что меняться должен сам субъект, а не институциональные условия его бытия. Между тем выбор той или иной научной концепции задает определенные модели действий, в свою очередь, становящиеся социальной политикой. Концепции, процветающие в тоталитарных режимах или религиозных сектах, игнорируют тот факт, что стресс есть современное изобретение и необходимое следствие свободы. Сегодня же это слишком расплывчатое понятие, охватывающее психическое или физиологическое состояние, обусловленное как

внешними событиями, так и субъективным переживанием нахождения под давлением. «Стресс стал естественной частью личности, тогда как в прошлом это была сила, проникавшая извне. ... Стресс также превратился из временного испытания, с которым приходилось мириться нашим предкам, в нечто постоянное, что мы несем с собой и которое мы должны непрестанно преодолевать: это враг внутри нас» (Madsen, 2023, p. 59). О. Мадсен обращается к книге Д. Беккер «Одна нация в стрессе: проблема стресса как идея», где проделан исторический анализ стресса как научного понятия. Он замечает, что, рассматривая стресс как объективное психическое или физиологическое состояние детей и подростков, важно отразить использование этого термина для решения проблем, с которыми сталкиваются современные молодые люди. На самом деле и в биологической эволюции, и в текущей повседневной жизни стресс необходим для выживания. Альтернатива стресса – отсутствие физиологической активации – более деструктивное явление для психического здоровья человека (Madsen, 2023).

«Стресс в соответствующих дозах нам необходим. Однако проблема стресса заключается не только в беспокойной повседневности и школьной жизни молодых людей, она также заключается в том, что сам дискурс стресса предполагает ... индивидуальное управление стрессом. ... Есть повод задаться вопросом, облегчат ли стресс такие благонамеренные меры, как здравоохранение и развитие жизненных навыков в школах. Или это также тот случай, когда, стремясь не дать учащимся чувствовать стресс и давление, вы одновременно вводите и узакониваете это? <...> Моя дочь Ингебьёрг прошлой осенью пошла в первый класс. А в ее школе всех учеников первого класса посещает школьная медсестра общественного здравоохранения. Дочь рассказала мне, что с нетерпением ждала этого события, потому что видела, как другим ученикам в классе, которые побывали у медсестры, дали мячик для снятия стресса. Затем она спросила меня: “Что означает стресс?” Шарик для снятия стресса всем учащимся первого класса – какими бы невинными они ни казались – могут выступить гибкой, но ... не до конца понятной мерой, при которой инструмент вводится еще до того, как появляется проблема» (Madsen, 2023, p. 59–60).

В предыдущей книге О. Мадсена – «Деконструкция скандинавского “поколения достижений”»: кризис психического здоровья молодежи?» – ключевая идея заключалась в том, что диагностическое описание поколения не охватывает реальные проблемы, с которыми сталкивается молодежь в современной Норвегии (Madsen, 2021). В итоге образуется научный миф, что вся норвежская молодежь только

и делает, что сражается со стрессом, стремясь получить наивысшие оценки в школе и реализовать свой личный потенциал. Между тем это диагностическое описание затрагивает в основном представителей среднего класса; далеко не все юные норвежцы озабочены чрезмерными амбициями и стремлением к совершенству. В современном обществе «психические расстройства считаются аполитичными и не связанными с неравенством, экономикой и идеологией» (Madsen, 2023, p. 61). При таком взгляде обеспеченные и благополучные молодые люди получают значительно больше социальной поддержки, чем те, кто реально «нуждается в помощи, превышающей ту, которую может предложить школа» (Ibid., p. 62).

Ученые предостерегают от нормализации представлений о психической уязвимости молодых людей при отсутствии понимания более фундаментальных системных причин неблагополучия. «Мы видим риск, сведенный к точке зрения, согласно которой проблема есть у человека, а у человека нет заранее определенного набора навыков и знаний. Вместо того, чтобы формулировать способы борьбы с системной и структурной безработицей, руководящие принципы направлены на индивидуальное решение проблемы безработицы молодых людей...» (Ibid., p. 64). Существующий дисбаланс между внешними потребностями и индивидуальными ресурсами можно преодолеть, скорректировав ожидания общества от молодежи. «Но при разработке жизненного мастерства в качестве школьного предмета была выбрана вторая стратегия: попытаться вооружить учащихся навыками преодоления трудностей, которые помогут им лучше справляться со стрессом и давлением. Естественно, это имеет то очевидное преимущество, что не нужно ... вносить ресурсоемкие изменения в саму систему. <...> Представление о том, что отсутствие интеграции и болезнь возникают из-за неспособности справиться с ситуацией, согласуется с консервативной политической идеологией, которая фокусируется на недостатках человека, а не на окружающей среде» (Ibid.).

В заключение О. Мадсен отмечает, что описанная ситуация не является уникальной для Норвегии, а вполне типична в передовых либеральных системах управления, имеющих место в США, Австралии, Новой Зеландии, Великобритании и Скандинавии. «Традиционные государства всеобщего благосостояния стремятся управлять через общество, в то время как сейчас ведется поиск жизненной политики, максимально свободной от государства, где вы управляете в соответствии с измеримым выбором людей. По мнению

социолога Николаса Роуза, такая дисциплина, как психология ... приобретает особый статус руководящей экспертизы, поскольку она может мобилизовать человека и контролировать его жизнь, не воспринимаясь при этом как злоупотребление властью или непоследовательное вмешательство со стороны властей. Психология способна предложить множество практик, которые помогают людям управлять собой. Несмотря на несколько широкое толкование, жизненное мастерство можно понимать как такую самотехнологию» (Ibid., p. 66). Использование научного знания и воплощение образовательной политики подобным образом соответствует «более широкой современной антигуманистической тенденции выбирать простые индивидуальные решения сложных социальных проблем», зачастую «завуалированной призывной риторикой» (Ibid.).

Заключение

Критикуя внесение избыточной произвольности в естественное течение человеческого бытия, О. Мадсен замечает, что «жизнь – это прежде всего то, что нужно прожить» (Ibid., p. 78), а психологическая устойчивость и жизнестойкость детей и подростков развивается в целостности жизни. «То же самое относится и к психическому здоровью и жизненному мастерству: оно стало изолированным элементом, которым молодые люди должны пользоваться, развивать и тренироваться, а не рассматривать хорошее психическое здоровье как интегрированный побочный продукт безопасной и стабильной среды воспитания» (Ibid., p. 76). Заботясь о благополучии подрастающих поколений, вовсе не от них следует требовать жизненного мастерства, а от взрослых представителей, отвечающих за здоровую институциональную среду.

Благодарность

Статья выполнена в рамках госзадания, FNRE-2021-0001.

Литература

- Madsen, O.J. *The Therapeutic Turn: How Psychology Altered Western Culture*. London: Routledge, 2014.
- Madsen, O.J. *The Psychologization of Society: On the Unfolding of the Therapeutic in Norway*. London: Routledge, 2018.
- Madsen, O.J. *Deconstructing Scandinavia's "Achievement Generation". A Youth Mental Health Crisis?* London: Palgrave Macmillan, 2021.

Madsen, O.J. *Life skills and adolescent mental health: Can kids be taught to master life?* London: Routledge, 2023.

Сведения об авторе

Марина С. Гусельцева, доктор психологических наук, доцент, Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Россия; 125009, Россия, Москва, ул. Моховая, д. 9, стр. 4; Институт психологии имени А.С. Выготского, Российский государственный гуманитарный университет, Москва, Россия; 125047, Россия, Москва, Мясницкая пл., д. 6; *mguseltseva@mail.ru*

Guseltseva M.S.

Book review. Ole Jacob Madsen.

Life skills and adolescent mental health:

Can kids be taught to master life?

London: Routledge, 2023

Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, Moscow, Russia

Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia

In his new book, Norwegian psychologist Ole Madsen discusses the rise of therapeutic culture and the psychologization of modern society. Among the key trends of our time, he highlights the transition from traditional social existence to high individualization of life. This means that more and more responsibility for psychological well-being, for the choices and decisions is placed on the person himself. In the field of education and socialization of growing children and adolescents, this entails a revision of the content of education and the introduction of new curricula. Scandinavian countries are introducing interdisciplinary education into health and life skills, including body and mental health, modern lifestyles, financial security and consumption. However, O. Madsen wonders whether introducing these special programs into the curriculum actually helps improve the mental health of adolescents and help young people cope with current problems such as school stress and overwhelming social expectations? The purpose of his book is to question common ideas around digital safety, youth mental health issues and life skills that are being introduced into schools everywhere. O. Madsen comes to the conclusion that the revision of the content of education is aimed at placing responsibility for one's own physical and mental well-being on the individual, and not eliminating the growing political and social dysfunctions in modern society, for example, problems of inequality, unemployment, accessibility to quality education and medicine. According to O. Madsen, solving systemic institutional problems through individual life strategies is a common cognitive distortion, and the growth of therapeutic culture and total psychologization can make young people much more vulnerable and less resistant to life crises.

Key words: therapeutic culture, life skills, mental health, youth, adolescents, socialization in modern conditions, person

For citation: Guseltseva, M.S. (2023). Ole Jacob Madsen. Book review. Ole Jacob Madsen. Life skills and adolescent mental health: Can kids be taught to master life? London: Routledge, 2023. New Psychological Research, No. 4, 140–157. DOI: 10.51217/npsyresearch_2023_03_04_09

Acknowledgment

The article was carried out within a State assignment, project FNRE-2021-0001.

References

- Madsen, O.J. (2014). *The Therapeutic Turn: How Psychology Altered Western Culture*. London: Routledge.
- Madsen, O.J. (2018). *The Psychologization of Society: On the Unfolding of the Therapeutic in Norway*. London: Routledge.
- Madsen, O.J. (2021). *Deconstructing Scandinavia's "Achievement Generation": A Youth Mental Health Crisis?* London: Palgrave Macmillan.
- Madsen, O.J. (2023). *Life skills and adolescent mental health: Can kids be taught to master life?* London: Routledge.

Information about the author

Marina S. Guseltseva, Sc.D. (Psychology), Associate professor, Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, Moscow, Russia; bld. 9–4, Mokhovaya str., Moscow, Russia, 125009; Russian State University for the Humanities, Moscow, Russia; bld. 6, Miusskaya square, Moscow, Russia, 125047; mguseltseva@mail.ru