

В ПОИСКАХ СМЫСЛА КРИЗИСНОГО СОБЫТИЯ

Чергаменщик Л.А., Республика Беларусь

Традиционная психология, говоря о психосоматике, прежде всего анализирует психогенную причину того или иного соматического заболевания. Для кризисной психологии важнее уяснить смысл или "умысел" (А.А. Пузырей). Между психологическим фактором (травма, шок, катастрофа) и клиническим симптомом можно выделить два рода связи. причинно-следственную связь, которая все же носит внешний характер (этим занято большинство психотехнических практик), в соматическом же симптоме можно обнаружить его внутреннюю, собственно психологическую конституцию (предмет анализа кризисной психологии).

В рамках кризисной психологии и психотерапии понять психосоматические последствия кризисного события означает "увидеть" его смысл и значение, т.е. получить ответы на вопросы "зачем? для чего? ради чего?". Следует отметить, что ответы на эти вопросы надо искать в будущем. Причинно-следственная же связь предлагает искать эти ответы в прошлом.

Это означает, что поиск смысла есть не что иное, как стремление увидеть психологическую целесообразность за фасадом психосоматического поведения организма. "Болезнь" есть психологическая перестройка в душе человека с определенным смыслом. Выходит, что болезнь имеет смысл? В чем же этот смысл усматривает душа? Смысл состоит в попытке человека иными средствами найти выход из безвыходной ситуации. Кризисное событие означает для человека невозможность привычными способами разрешить ситуацию неопределенности, неопиcуемости. Человеку недостает воли сделать шаг, осуществить выбор, и он спасается, уходит в отчаяние, в болезнь, болезнь как форму психологической защиты, как средство выйти из ситуации, которую человек определил как безвыходную. Важно понять, зачем человеку эта защита, каков смысл, какова цель.

Рассмотрим признаки категории "смысл": доступность любому человеку; рождение смысла — это вопрос не познания, а призвания, не человек ставит вопрос о смысле своей жизни — жизнь ставит этот вопрос перед ним, и человеку приходится ежедневно отвечать на него и не словами, а действиями; человек не изобретает смысл, а находит его в мире; каждая ситуация несет в себе свой смысл, разный для разных людей, но для каждого он является единственным и единственно истинным; смысловая целостность не поддается объяснению через психологические и тем более биологические механизмы и не может изучаться традиционными психологическими методами.

Отсюда задача психотерапевта уловить некий общий паттерн, смысловой рисунок в трагических событиях жизни. Когда трагедии и страдания сегодняшнего дня выявляют все остальные смыслы, мы можем все-таки находить смысл в своей жизни, позицию по отношению к своей судьбе.