

Министерство образования Республики Беларусь

Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка

Л. А. Пергаменщик

# ЧЕЛОВЕК В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

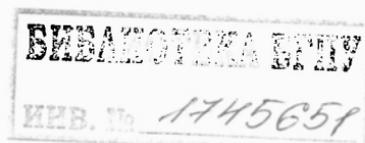
ПО МАТЕРИАЛАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ  
ЛАБОРАТОРИЙ ПИСАТЕЛЕЙ

*Монография*

Минск



БГПУ  
2021



УДК 159.923

ББК 88.37

П26

Печатается по решению редакционно-издательского совета БГПУ

**Рецензенты:**

*Попова О. С.*, доктор психологических наук, профессор;  
*Пастушениа А. Н.*, доктор психологических наук, профессор

**Пергаменщик, Л. А.**

П26      **Человек в кризисной ситуации. По материалам психологических лабораторий писателей : монография / Л. А. Пергаменщик. – Минск : БГПУ, 2021. – 260 с.**  
ISBN 978-985-29-0036-2.

Художественная литература – верный союзник кризисного психолога для понимания механизмов переживания горя и потери, страха и оцепенения, тревоги смерти, вины, пустоты и отсутствия смысла, посттравматического стресса и посттравматического роста, личностных ресурсов преодоления и поисков индивидуального кода выживания, социальной сети поддержки. В течение более четверти века автор извлекал из художественной литературы информацию о поведении человека в кризисной ситуации. Пришло время объединить результаты поиска под одной обложкой.

Книга будет полезна психологам и социальным педагогам, учителям и родителям – всем тем, кто ищет выход из кризисных событий жизненного пути.

УДК 159.923

ББК 88.37

ISBN 978-985-29-0036-2

© Пергаменщик Л. А., 2021  
© Оформление. Белорусский  
государственный педагогический  
университет имени Максима Танка, 2021

Искусство как экспериментальная сфера сознания.  
Экспериментальная сфера, которая занимается  
игрой – сложными процессами переплетения  
случайного и неслучайного.

*Ю. М. Лотман*

## **ВВЕДЕНИЕ**

Перед вами, уважаемые читатели, книга о психологии и литературе. Я попробую заранее ответить на вопросы, которые могут появиться у читателя.

Почему возникла необходимость подготовить текст на данную тему? Утверждать, что литература и психология между собой связаны, никого не надо: их связывает сам человек, который присутствует и в академической психологии и в художественной литературе, но это разное описание жизни, способ анализа, а следовательно, и полученные результаты.

Академическая психология, прежде чем приступить к изучению личности, должна найти способ отстранения и выхода за пределы объекта исследования, не только не смешивать исследователя и исследуемого, но кардинально отстраниться.

Автор художественного произведения проходит иной путь. Его задача «войти» в личность героя, стать на его место с его поведением, переживаниями, мыслями, эмоциями. И если академическая психология, так и не включившись в жизнь человека, делает выводы о закономерностях развития человека, его поведения в ситуации встречи с кризисным событием жизненного пути, то литература не претендует на обобщение, на выявление закономерностей, ей достаточно представить читателю жизнь одного человека.

Но почему читатель часто видит себя в героях художественного произведения, а читатель научного труда не видит там себя, а только некую схему, статистическую единицу, по которой, как утверждает ученый-психолог, он строит свое поведение, мышление, формирует эмоциональные реакции.

разница между этими двумя подходами есть не только по результату, по способу «изучения» и, что важно, по содержанию презентации, там, где наука использует понятия, там литература достаточно успешно использует метафоры. Ближе к художественной литературе находится позиция практической психологии, на что обратил внимание еще в 1987 г. А. Эткинд<sup>1</sup>.

Однако в академической психологии давно считается хорошим тоном иллюстрировать полученные в исследовании научные факты цитатами из классической литературы. В текстах таких ученых, как С. Л. Рубинштейн, Л. С. Выготский, К. Левин, И. Ялом и многих других, можно встретить литературу самой высокой пробы. Другой список составляют психологи, которые сделали художественную литературу объектом исследования для получения новых данных о поведении и личности человека в различных ситуациях. Это Л. С. Выготский, Б. М. Теплов, автор поэтической антропологии В. П. Зинченко, психоанализа – З. Фрейд. Как первый, так и второй список можно продолжить.

Меня в свое время заинтересовали представители второго списка. Я хотел бы понять, насколько справедлив тезис Б. М. Теплова, что «...художественная литература содержит неисчерпаемые запасы материалов, без которых не может обойтись научная психология». Данный тезис не столько не знают психологи (не могу же я обвинить их в его замалчивании), сколько не очень понимают, что с ним делать. То, что в художественной литературе неисчерпаемый запас материалов, никто спорить не станет. Все, кто читал А. П. Чехова или И. А. Бунина, Л. Н. Толстого или Ф. Достоевского, Ф. Кафку или М. Пруста и т. д., проходил одновременно курс общей,

---

<sup>1</sup> Эткинд, А. Психология академическая и практическая: расхождение когнитивных структур внутри профессионального знания / А. Эткинд // Вопросы психологии. – 1987. – С. 20–30.

возрастной, педагогической, социальной психологии. А тот, кто получал диплом о высшем психологическом образовании, и снова перечитывал этих же писателей, оказывался на курсах института повышения квалификации, за окончание которого не дают удостоверение, но пытливым читатель получает огромные глубинные знания о человеке.

Борис Михайлович Теплов подчеркивает наличие материалов в художественной литературе, без которых не может обойтись научная психология. Здесь все не так просто, хотя примеров о запасах научных сведений в художественной литературе достаточно.

Так, в рамках социальной психологии преподаватель знакомит студентов с «Двухфакторной теорией эмоций» С. Шехтера, которую он сформулировал в 1964 г. Теория утверждает, что ситуативные и когнитивные факторы играют подталкивающую роль в возникновении наших собственных эмоциональных реакций. Как отмечают психологи, создание когнитивного ярлыка для эмоции предшествует появлению собственно эмоции. Но в 1889 г. такое же заключение сделал Л. Н. Толстой, правда, более понятно. «Главное же было то, что сближение с ней началось в такой период, когда Евгений был зрел к женитьбе. Он влюбился потому, что знал, что женится. Лиза Анненская сначала только нравилась Евгению, но когда он решил, что она будет его женою, он почувствовал к ней чувство гораздо более сильное, он почувствовал, что он влюблен»<sup>1</sup>. У Л. Н. Толстого двухфакторная теория эмоций выглядит действительно более убедительно и понятно. Появлению чувства любви предшествует знание, что наступило время чувства любви. Другими словами, знание о том, что он женится, принятие решения о том, что Лиза будет его женой, предшествует появлению настоящей влюбленности.

---

<sup>1</sup> Толстой, Л. Н. Дьявол / Л. Н. Толстой // Собрание сочинений : в 22-х т. – М. : Худ. лит., 1978. – Т. 12. Повести и рассказы. 1985–1902. – 1982. – С. 221

С позиции кризисной психологии обращение к художественной литературе объясняется фактом крайней ограниченности проведения исследовательских процедур с человеком в кризисной ситуации по соображениям невозможности изучать его в состоянии шока и этических ограничений: наша задача незамедлительно приступить к кризисному вмешательству, а не остановить переживание и приступить к исследовательским процедурам академической психологии.

Мое обращение к художественной литературе за объяснением поведения человека в кризисной ситуации началось в начале 90-х гг. XX в. В то время в отечественной научной периодике стали появляться статьи по теории посттравматического стрессового расстройства (PTSD). Статья Тарабриной Н. В. и Лазебной Е. О.<sup>1</sup> подтолкнула вернуться к прочтению в очередной раз романа Толстого Л. Н. «Война и мир». Мы остановились на фрагменте романа, где «поджигателя» Пьера Безухова ведут на казнь. Его переживание неминуемой, в чем он был уверен, смерти, диалог с Платоном Каратаевым, этапы посттравматического стресса и посттравматического роста стали предметом научного анализа. Появились размышления в виде публикации «Психотерапия Л. Н. Толстого» в журнале «Адукация і выхаванне» за 1993 г. Прочтение Толстого с позиции кризисной психологии (которая в те годы только-только начала формироваться в отечественной психологической культуре) стало первым обращением к литературе за знанием о поведении и переживании человека в кризисных ситуациях, но не последним. Вслед за Толстым в поле моего внимания появились последовательно писатели: Д. Дефо, А. Чехов, Ю. Мисима, Ф. Кафка, Г. Гессе, А. Солженицын, И. Бунин, Л. Гинзбург. Что же объединяет этих авто-

---

<sup>1</sup> Тарабрина Н. В. Синдром посттравматического стрессового расстройства / Н. В. Тарабрина, Е. О. Лазебная // Психологический журнал. – 1992. – Т.13. – № 12.

ров, кроме почетного звания «писатель-классик»? Необходимо было ответить на вопрос, который я вынужден был задать самому себе. Действительно в классической художественной литературе существует отличный от академической психологии способ получения информации, характер презентации, описание, особый механизм прочтения и понимания, анализа, изложения и сравнения.

В течение более четверти века я извлекал из художественной литературы информацию о поведении человека в кризисной ситуации. Почему из литературы, почему не ограничиться материалами научных исследований, что было бы более логично и главное принято без возражений и удивлением научным сообществом? Дело в том, что ситуация «человек в кризисе» не всегда поддается академическому изучению и тщательному исследованию. На это есть много причин. Человек в стрессе не в состоянии рефлексировать свое поведение, эмоциональный статус, отношение к кризисному событию. Далее, в момент переживания кризиса рядом каким-то непонятным образом должен оказаться психолог-исследователь, чтобы снять информацию методом наблюдения, интервью, специальных тестов.

Даже если допустить, что рядом оказался психолог, этический кодекс психолога обязывает ему оказывать помощь (организовать процедуру кризисного вмешательства), а не препарировать, чтобы получить научную информацию. Можно, конечно, подождать (день, два, неделю, месяц или год), чтобы пострадавший мог ответить на вопросы о своем состоянии, после которого прошло время. Но это уже ретроисследование со всеми вытекающими проблемами адекватности отчета о пережитом состоянии.

Правда, в клинической психологии принято получать информацию о страданиях клиента не в момент переживания травматической ситуации, а месяц, год спустя с момента случившегося, то есть ретроспективно, достаточно подробно

и, как психологи утверждают, успешно. Но мы имеем сейчас дело уже не с теми самыми переживаниями, которые возникли у пострадавшего год назад, и как мы можем использовать то же самое слово (слова) для его обозначения (Л. Витгенштейн).

Я убежден в возможности и необходимости использования различных подходов для получения информации об особенностях поведения человека в кризисной ситуации. Какое у меня есть основание воспользоваться и довериться информации, заключенной в многочисленных «протоколах», записанных в классической литературе гениальными писателями? Можем ли мы им верить? – главный закономерный вопрос, который должен себе задать ученый – сторонник данного подхода. Почему записанная симптоматика Пьера Безухова также убедительна, как утвержденная МКБ-10 (МКБ-11) симптоматика Посттравматического стрессового расстройства (F43.1).

У философа Мераба Мамардашвили мы находим следующее определение литературы: «Художественная литература есть не что иное, как экспериментальная психология». Язык философа афористичен и многозначен, что часто читателя приводит к непониманию определенного текста, используемых ученым понятий. Но в данной цитате М. Мамардашвили точен, так как действительно «художественная литература – не что иное, как экспериментальная психология». То, что настоящая литература – одновременно и настоящая психология – этот тезис не требует особых доказательств, но почему экспериментальная, почему не повествовательная, описательная?

Мысли М. Мамардашвили шли в соответствии со следующей логикой анализа, да простит меня великий философ за вмешательство в его мысли, которые он сам не выразил достаточно подробно, так что мне приходится дописывать (последние слова очень хочется убрать за наглость). Писатель, настоящий писатель, не всегда имеет четкий заранее спланированный сценарий исполнения роли своим героем. Он их по-

мещает в определенные обстоятельства, ситуацию развития, ситуацию жизни и наблюдает (очень эффективный, однако очень трудный исследовательский метод в психологическом исследовании), как они справятся с предлагаемой ситуацией. Писатель меняет условия, эксперимент носит нередко характер квазиэксперимента, но в любом случае герою требуется преодолеть, полюбить, помочь другим, предать или спасти, выжить или умереть.

Появилась идея собрать весь этот материал под одной обложкой, взглянуть и сравнить их между собой. Книга писалась трудно. Подготовленные тексты, как и выбранные писатели, не хотели соседствовать друг с другом, они возмущались и ревновали друг друга, требовали больше внимания. Казалось, текст готов, но его прочтение заставляло переписывать его, и не один раз. Все же я решил поставить точку. Вам, читателям, предстоит решить: своевременно ли появился этот знак препинания или требуется еще продолжать работать над текстом. Я, со своей стороны, уверен, что предстоит работа, постоянная работа над текстом. Это как в академической психологии любое открытие требует не только проверки исследовательской процедуры, но и интерпретации, анализа, который идет вслед за результатами.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
<i>Глава 1. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТЕРАТУРА КАК ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ</i> .....	10
1.1. Обращение психологии к художественной литературе, с почтением.....	10
1.2. Доисторический человек познает самого себя: первый опыт удвоения .....	15
1.3. Художественно-научное познание личности: обращение к М. М. Бахтину.....	22
1.4. Завещание Бориса Михайловича Теплова.....	30
<i>Глава 2. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ПОТЕРИ</i> .....	41
2.1. Введение в категорию «страдание» .....	41
2.2. Динамика переживания потери через страдание и скорбь (Ю. Мисима).....	51
2.3. В поисках социальной сети поддержки (А. П. Чехов).....	82
<i>Глава 3. ПОСЛЕ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ: ОЦЕПЕНЕНИЕ, ПЕРЕЖИВАНИЕ, ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ</i> .....	97
3.1. Обретение смысла бытия через проживание травматического события (Л. Н. Толстой).....	97
3.2. Психическое оцепенение как разрыв непрерывности бытия.....	114
3.3. Исследование концепции «Посттравматический рост» в психологической лаборатории Л. Н. Толстого .....	133

<i>Глава 4. В ПОИСКАХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОДА ВЫЖИВАНИЯ</i> .....	156
4.1. Жизнь за границами бытия (Солженицын А. И.) .....	156
4.2. Список и рефлексивный дневник Робинзона .....	176
<i>Глава 5. ТРЕВОГА КАК СОСТОЯНИЕ, В КОТОРОМ БЫТИЕ ОСОЗНАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ СВОЕГО НЕБЫТИЯ</i> .....	194
5.2. Психотерапевтический процесс и не только в романе Ф. Кафки «Процессе» .....	221
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ КАК ВСТУПЛЕНИЕ (Мераб Мамардашвили)</b> .....	242

*Научное издание*

**ПЕРГАМЕНЩИК Леонид Абрамович**

# **ЧЕЛОВЕК В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ**

**ПО МАТЕРИАЛАМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ  
ЛАБОРАТОРИЙ ПИСАТЕЛЕЙ**

*Монография*

Техническое редактирование и компьютерная верстка *М. Е. Кабак*

Дизайн обложки *Д. С. Абашиной*

Корректор *О. П. Андриевич*

Подписано в печать 17.12.21. Формат 60×84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага офсетная. Ризография.

Усл. печ. л. 15,11. Уч.-изд. л. 11,35. Тираж 100 экз. Заказ 576.

Издатель и полиграфическое исполнение: учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя, распространителя печатных изданий № 1/236 от 24.03.14. Ул. Советская, 18, 220030, Минск