

## Круглый стол

### КУЛЬТУРНЫЙ КОНТЕКСТ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ СТРЕССОВЫХ РАССТРОЙСТВ

*Свою очередную “последнюю пятницу месяца” в ноябре минувшего года Общество семейных психотерапевтов и консультантов (ОСПиК) посвятило теме, которая приобрела сегодня особую остроту. В течение чуть более года население нашей планеты в разных ее концах пережило разные по своему характеру и масштабам трагические события. Общим было одно: они затронули судьбы огромного количества людей, и каждое из них имело еще долгий отзвук в мире. Закономерен вопрос: существует ли какая-либо культурная специфика в переживании посттравматических стрессовых расстройств, учитывая, что география событий охватывает такие разные ареалы мира, как Америка, Европа и Россия, и если да, то в чем она проявляется?*

#### Участники дискуссии:

***Екатерина Сергеевна Жорняк**, семейный психотерапевт, преподаватель кафедры семейной психотерапии Института практической психологии и психоанализа, член правления Общества семейных психотерапевтов и консультантов.*

***Борис Николаевич Мастеров**, к.п.н., консультант консалтинговой компании “Пятерка” и “А Капелла”, эксперт института Открытое общество (Фонд Сороса), член Общества семейных психотерапевтов и консультантов.*

***Екатерина Кадиева**, студентка специализации на кафедре семейной психотерапии Института практической психологии и психоанализа.*

***Сергей Николаевич Ениколопов**, к.п.н., заведующий лабораторией Центра психического здоровья РАМН, эксперт Коллегии помогающих специалистов.*

***Рейнальдо Ловелле Перес**, д.п.н., действительный член Международной академии наук Евразии, профессор Гаванского медицинского института,*

*профессор кафедры Педагогики и психологии Московского медико-стоматологического университета.*

*Ниже приводится стенограмма данной встречи. Из-за недостатка места мы не смогли опубликовать ее полностью, но основные выступления представлены с минимальными сокращениями.*

**А.Варга** (Председатель правления Общества семейных психотерапевтов и консультантов):

– Уважаемые коллеги, за прошедший год произошел ряд событий, которые произвели огромное впечатление на планету. Мы предполагали поговорить сегодня о трех событиях подобного рода: 1) разрушение Всемирного Торгового Центра 11 сентября 2001 года в США; 2) наводнение весной 2002 года в Европе и 3) захват заложников на Дубровке в Москве 24-26 октября. Мы предполагали, что у нас будут три основных докладчика: *Екатерина Жорняк*, которая обсуждала с нашими австрийскими коллегами, как европейцы переживали редкостное по своим масштабам наводнение; *Борис Мастеров* – он был на Дубровке во время происходивших там трагических событий; и *Катя Кадиева*, которая находилась в Америке после событий 11 сентября и имела возможность наблюдать, как реагировали на них американцы. Кроме того, мы попросили принять участие в нашей дискуссии *Сергея Николаевича Ениколопова* и *Рейнальдо Ловелле Переса* как экспертов в области посттравматического стресса. Но, естественно, каждый из здесь присутствующих может высказывать свои наблюдения и соображения.

**Е.Жорняк:** Недавно к нам приезжали австрийские коллеги Герда Мета и Хедвиг Вагнер, которые ведут здесь курс семейной психотерапии. Их приезд совпал с тем днем, когда началось освобождение заложников на Дубровке. И тема, заявленная ими, также случайно совпала с происходящим – “Травма и кризисная интервенция”. Тему эту они четко удерживали, рассказывая про травму и кризисную интервенцию вполне нейтрально. Тем не менее, в кулуарах и по ходу обсуждения, когда у студентов возникала такая потребность, гости сравнивали культурный контекст переживания травмы у них в стране и в России. В Австрии произошло катастрофическое наводнение, и мне казалось сначала, что они говорили в основном о наводнении; потом выяснилось, что субъективно более значимым событием, в большей степени их затронувшим, стала для них авария фуникулера. Так что разговор шел о двух трагических событиях.

Сначала коротко скажу о том, что наши гости понимают под терминами “травма” и “кризисная ситуация”, чтобы было понятно, что именно мы сравниваем. О травме, на их взгляд, можно говорить, когда происходит некое событие, резко меняющее текущий поток жизни. Критерий травмы –

разрыв в текущем жизненном потоке, когда человек утрачивает связь между прошлым и будущим. О том, что травмирующее событие производит разрыв в потоке восприятия текущего времени, говорят такие понятия, как “до войны” и “после войны” или “до клинической смерти” и “после клинической смерти”. Кроме того, травмирующая ситуация всегда негативно окрашена. Рождение ребенка (существуют понятия “до рождения ребенка” и “после рождения”) – тоже событие, вызывающее острую эмоциональную реакцию, тоже своего рода травма, но окрашена она чаще всего позитивно. Они рассматривали только те травмирующие события, которые субъективно воспринимались как негативно окрашенные.

По словам Г.Мета и Х.Вагнер, в кризисной ситуации у тех, кто считает себя ее участниками, возникают три феномена: 1) субъективное ощущение сужения времени, когда все воспринимается как происходящее “здесь и сейчас”, а прошлого и будущего нет вообще; 2) ощущение отсутствия ресурсов, позволяющих выйти из ситуации; 3) переживание угрозы на уровне смыслов и ценностей.

Соответственно, спецификой кризисных ситуаций, имеющих общественное значение (о которых мы сегодня говорим), является то, что их переживают *все*. Эти ситуации касаются не только тех, кто на уровне официальных документов значится как “выживший”, переживший эти ситуации, но и многочисленных участников помогающих организаций, начиная с пожарных и полицейских и кончая врачами и психотерапевтами. Они также являются людьми, которые находились в кризисной ситуации: хотя теоретически их профессия требует способности именно в кризисной ситуации четко функционировать, субъективно эти люди могут пребывать в состоянии того же самого кризиса.

Теперь к вопросу о культурных различиях. Первое различие, которое было отмечено, касалось разного *отношения к информации*. Австрийские коллеги полагают, что в их стране информация является принятой и популяризированной в обществе ценностью. Широко распространена психологическая идея о том, что неопределенность повышает тревогу, а тревога, соответственно, снижает функциональность.

...Шел уже третий или четвертый день после освобождения заложников на Дубровке. Факт, оказавшийся наиболее травмирующим для наших студентов, которые хотя и были просто наблюдателями, но, по сути, тоже переживали кризисную ситуацию, – полная закрытость информации одновременно с бесконечной сменой информационных сообщений. Вспоминается эпизод, который совершенно потряс австрийцев. Они уверяли, что у них такое просто невозможно. Эпизод этот связан с тем, что долго не вывешивались списки, кто жив, а кто умер, и люди не могли узнать, живы ли и если да, то где именно находятся их родственники. В какой-то момент им

было сказано, что сейчас они увидят своих родственников. Всем предложили разбиться на шестерки. Люди это сделали, их запустили внутрь больницы, но отвели не в палаты, к родственникам, а к главврачу. И главврач сообщил им о состоянии их родных. После этого у людей начались вспышки агрессии. И тогда медперсонал заявил, что таких агрессивных и неадекватных людей тем более нельзя пускать к больным – во избежание ухудшения их состояния.

Наши австрийские коллеги приводили в пример историю с фуникулером. Вначале было неизвестно, кто там находится. Но, несмотря на опасность, первые усилия были направлены на выяснение поименного списка попавших в беду людей. И как только фамилии стали известны, сразу же были оповещены и родственники, и средства массовой информации. Итак, один из наиболее очевидных пунктов, в котором выступила культуральная разница между Европой и Россией в условиях травмирующей ситуации, – отношение к информации.

Теперь что касается помогающих людей, также находящихся в ситуации кризиса. Здесь обнаружилось еще одно различие. По версии австрийских коллег, для них самоочевидно, что это люди, которые, во-первых, подписались работать в кризисных ситуациях (такова их профессия), а, во-вторых, обязались сохранять в данных условиях дееспособность. В свою очередь, имеются специальные службы, назначение которых – поддерживать этих людей. Служебные функции тех и других четко распределены. И как предполагается правилами, которые всем понятны, никто из помогающих не рассчитывает на то, что им будет оказана какая-либо поддержка со стороны самих жертв, страдающих людей. Никакой врач не ждет, чтобы пациент вошел в его положение и понял, что ему тоже сейчас очень тяжело, что он тоже находится в кризисной ситуации, – сутки уже, как на работе, и на него давят со всех сторон и т.д. Есть специальная служба, работающая с врачом, на которого, увы, давят со всех сторон и который тоже вынужден скрывать информацию и плохо чувствует себя по этому поводу.

Обсуждая ситуацию с захватом заложников, австрийцы отметили гораздо большее слияние, прежде всего эмоциональное, между всеми ее участниками, когда правилом становится ожидаемое всеобщее сочувствие друг другу, и такое сочувствие в большей степени рассматривается в качестве нормы, нежели успешное функционирование помогающих специалистов. Иначе говоря, хуже, если не будет сочувствия, чем если кто-то допустит профессиональную ошибку. Сочувствие должно быть со всех сторон, все должны входить в положение друг друга. Такую дихотомию они придумали для России: на одном полюсе – человек эмоциональный, на другом – компетентный, но равнодушный, не способный понять другого.

В этой связи вспоминался американский телесериал “Скорая помощь”. Там можно видеть, как работают так называемые “парамедики”. Находясь в совершенно особом статусе, они не имеют права принимать сложные решения, как то: делать операцию или не делать. Их деятельность подчинена четким алгоритмам. Они должны эвакуировать пациента, довезти его до больницы, какое-то время, может быть, реабилитировать его в приемном покое. Все строго по правилам. Такова их функция. Соответственно, у нас австрийские коллеги увидели гораздо меньше предсказуемости ввиду отсутствия таких функционально организованных, последовательных мероприятий, где заранее известны правила, и где люди, действуя, не обязаны принимать личных решений, и тем более не обязаны друг другу сочувствовать, а должны поступать строго по определенному алгоритму.

Итак, следующее различие: в Европе в кризисных ситуациях гораздо больший упор делается на *правила, ясный и четкий договор, предсказуемость*. В нашей стране, учитывая недостаток этих вещей, встреча жертв, т.е. людей, которые официально считаются пострадавшими, с представителями помогающих организаций сама по себе может стать травмой для обоих, потому что обе стороны не удовлетворяют ожидания друг друга. Когда заложники находятся с террористом, правила понятны: ясно, что террорист нехороший человек, что он, скорее всего, причинит тебе вред. И этот “договор” ясен. Когда потом тот же заложник или его родственник встречаются с врачом или с представителем власти, у них есть идея, что здесь договор другой: эти люди должны оказывать пострадавшему всяческую поддержку, они действуют на его стороне и т.д. А те, в свою очередь, тоже почему-то ожидают понимания и поддержки от жертв. Соответственно, никто всего этого дать друг другу не может – наступает дополнительная травма от такой встречи.

Еще один момент, который австрийцы относили к культурным различиям, касался *ответственности*. Известно, что россиян в целом отличает эмоциональная склонность с большой готовностью передавать ответственность властным организациям. Ситуации с наводнением или с фуникулером показали, насколько в Австрии это не так: мгновенно организуются группы самопомощи, волонтеров, которые предпринимают немало самостоятельных усилий, чтобы разрешить кризисную ситуацию. В случае, если ситуация заканчивается трагически (как с фуникулером), у них нет идеи обвинять власть, потому что информация открыта, все знают, что сделано со стороны власти, и понимают, что шаги были предприняты правильные. Но нет идеи и обвинять себя. По мнению наших австрийских коллег, индивидуальные истории могут быть любые, но в целом у общества нет такой интерпретации – обвинения. Потому что они тоже чувствовали ответственность и сделали, со своей стороны, все, что могли. После обсуждения с

нашими студентами ситуации с заложниками австрийские коллеги пришли к выводу, что у нас дело обстоит несколько иначе – ответственность легко и полностью передается властным организациям, соответственно, они оказываются виноватыми во всем, что происходит.

Пара слов – о терапевтической позиции: как работать с жертвами. Наши австрийские гости представляют постмодернистский подход, следовательно, у них нет заведомой идеи, что правильно, а что неправильно для клиента. Поэтому, разговаривая с пострадавшим, они достаточно пристально выясняют, что именно из пережитого вызывает у него наибольшую тревогу. И готовы к любой информации, а свои так называемые “экспертные фильтры” они полностью отключают. Второй момент. В кризисной ситуации, если это общественно значимое событие, они не делают вид, что не травмированы, в то время как, будучи его участниками, тоже переживают травму. Понятно, что на терапевта могут произвести впечатление одни моменты, на клиента – другие. Терапевтический прием, помогающий избежать нежелательного вклада собственных эмоций в ситуацию клиента, – рефлексия (традиционный постмодернистский прием). В данном случае – озвученная рефлексия. Другими словами, когда они понимают, что находятся под впечатлением каких-то моментов, то говорят об этом – один раз и коротко. Они признаются, что тоже подверглись влиянию ситуации и что у них это тоже вызывает тревогу и... “поправьте меня, если я сейчас что-то свое пытаюсь навязать”. Считается, что рефлексия разрешает ситуацию или, по крайней мере, значительно облегчает ее.

Ну, а в целом терапевтическая работа в ситуации травмы направлена на то, чтобы устранить упоминавшееся выше сужение времени и найти ресурсы. Они ищут такие события в прошлом клиента, когда он удачно справлялся с трудностями, и пытаются вернуть ему опыт компетентности за счет воспоминания этих ситуаций. У них также есть техника проецирования будущего, когда они много говорят о том, как события могут развиваться дальше и как прошлый опыт поможет клиенту в будущем. Таким образом, они пытаются устранить образовавшийся разрыв между прошлым и будущим.

Существенный момент для человека, который пережил кризисную ситуацию и продолжает находиться в состоянии травмы, – восстановить ощущение контроля над ситуацией. При возвращении этого ощущения состояние улучшается. Поэтому психотерапевты в Австрии много работают над восстановлением у клиента чувства собственной активности, с тем, чтобы он перестал воспринимать себя как жертву. Вот, собственно, и все.

- Мы сейчас будем задавать вопросы или потом?
- Мне кажется, что было бы разумнее – потом.

**Б.Мастеров:** Давайте попробуем поговорить про Дубровку. Я оказался там совершенно случайно. Просто позвонили, уже после того, как заложники были освобождены, и попросили прийти в штаб, где собрались их родственники. Я вообще не знал, зачем я еду. Правда, раньше я работал с посттравматическим стрессом: с жертвами армянского землетрясения и с афганскими ветеранами в конце 80-х годов. Видимо, по старой памяти меня и попросили поработать.

Я хотел говорить про вещи, близкие тому, о чем говорила Катя: про “хронотоп” – поток жизненных событий. Это, действительно, – наиболее уязвимая часть внутреннего достояния человека.

Начну с некоторых событий, связанных с пострадавшими в армянском землетрясении и с афганскими ветеранами. Вариант разрыва хронотопа, то есть ощущения своего положения на линии жизни, был там одним из центральных моментов. Он присутствует всегда, где есть вот это: “до войны” и “после войны”... Так вот, существуют совершенно разные типы отношения или ощущения своей позиции на этом хронотопе после травмы. Происходит не только резкий разрыв настоящего и прошлого, а будущее, как правило, утрачивается, но и отношение к прошлому меняется, причем меняется по-разному.

Может быть отчуждение от прошлого: “как будто бы это происходило не со мной”. Прошлая жизнь воспринимается как не моя собственная, а как жизнь другого человека. Это другой человек жил той жизнью, а я, как я себя ощущаю, – тот, кто сейчас вот живет. И человеку неизвестно, как он будет жить дальше. В будущем невозможно ничего представить, нельзя сказать, что будет потом. Встречается также идеализация прошлого: “вот до войны все было хорошо”, “до землетрясения все было прекрасно”, “до того, как погиб мой друг в Афганистане, все было замечательно”. У афганских ветеранов наблюдается идеализация не только прошлого, но и службы в армии вообще. Словом, действительно оказывается, что в условиях, о которых мы говорим, восстановление целостности хронотопа – одна из центральных терапевтических задач. И чем быстрее он будет восстановлен, тем лучше. Как он восстанавливается – это уже другой вопрос, и, по-видимому, здесь тоже есть культуральные различия.

Чуть-чуть отвлекусь. Я произнес: “восстановление целостности”, имея в виду целостность не только хронотопа. У человека при травмирующем событии наступает вообще разрушение целостности. Помню один эпизод во время армянского землетрясения. Я попал в клинику, где лежали ампутанты. Подошел к постели женщины, рядом с которой сидела ее сестра. У женщины были ампутированы обе ноги и рука. Ее придавило плитой, при этом раздавило еще и ее ребенка. Мощнейшая травма... Я совершенно не понимал, что надо делать. Мне сказали, что она не может спать, и вообще

устала безумно – ресурсов нет совсем, никаких. Я начинаю какую-то трансовую процедуру... слышу, как говорю: “Она ногами ощущает травку, она идет куда-то...”. Думаю: “Господи, что это я мелю такое?!” Но делать нечего – прерываться нельзя... Вывожу больную из трансового состояния. Она говорит: “Огромное спасибо! Во-первых, я лучше себя почувствовала, а во-вторых, отдохнула: у меня ощущение, будто какой-то груз с меня свалился”. Я-то думал своим неопытным умом, что она сейчас поймет, что у нее ног нет, и тут Бог знает что случится. Ничего подобного. Восстановление целостности в трансовой ситуации оказало чрезвычайно благотворное воздействие.

Дальше с этим хронотопом... Другая женщина выдала истерическую реакцию в ответ на появление первого психолога... Такое случается. Эта пациентка вообще никого в палату к себе не допускала. Как мы вошли в контакт? Только разговаривая о прошлом. Я ей сказал: “Я тут хожу по палатам, где лежат ваши коллеги по болезни... У меня есть пять минут. Можно я просто у вас отдохну?” Она была украинка, вышла замуж за армянина, жила в Армении. Я ее начал спрашивать, как она жила на Украине. Только после того, как у нее за обычными разговорами восстановилось прошлое, картина прошлого, только после этого она начала говорить о будущем. До этого она о будущем говорить не могла. Она только твердила: “Мой муж там остался, что будет – не знаю!” У нее было паническое отношение к будущему. После нашего разговора, после восстановления прошлого, после устранения его разрыва с настоящим, будущее стало планируемым. Таким образом, восстановление хронотопа – одна из центральных вещей в терапии травмы.

Похожая ситуация была и с афганскими ветеранами и, кстати, не только с афганскими, но и с американскими ветеранами войны во Вьетнаме (мне довелось в США вместе с коллегами видеть их и даже немного работать с ними). Интересно, что, работая с соотечественниками, я ни разу не мог пробиться к восстановлению хронотопа через будущее. С американцами – это возможно. Но наш человек (по крайней мере, в моей практике) никогда не будет говорить о будущем, отторгает его от себя, пока не произошло соединение с прошлым и пока не восстановлена связь прошлого и настоящего. Видимо, здесь проявляется какое-то сильное культуральное различие. У американцев есть особенность, нашедшая отражение даже в языке: “Об этом я подумаю завтра”. Иными словами, прошедшее – перевернутая страница. Все – о прошлом мы не думаем, надо жить дальше. В США культивируются мощные социальные установки на планирование будущего. Они действуют по принципу: “Планы – ничто, планирование – все”. У них масса подобных социальных установок. И действительно, там можно работать с травмой, протраивая будущее. Там человек может смотреть в

будущее, временно блокируя себя от прошлого. В нашей культуре я такого не встречал.

Теперь что касается Дубровки. Я попал туда в субботу вечером, в центр, где собирались родственники заложников. Там уже работали психологи из МВД. Я поразился, насколько грамотно они работали. Их задачей был мониторинг: 1) отслеживать возможные суицидальные настроения и состояния; 2) отслеживать бурные реакции и 3) помогать, вызывая агрессию на себя. Когда человек находится в состоянии ступора, а информации все нет и нет, он становится агрессивен. А ведь в данном случае информация не просто отсутствовала. Представьте: вывешивают списки пострадавших с указанием больниц. Многие не обнаруживают в этих списках фамилий своих родственников. На следующий день – новые списки. Опять не находят. Днем вывешивают дополнительную информацию. Наконец, находят! На третий раз. Человек от радости совершенно дуреет. Один мужчина разрыдался, уткнулся в дверь – и побежал в больницу. Но не факт, что он застал там своего родственника живым. В списках мертвые и живые не различались. В этом смысле для людей была организована ситуация двойной травмы, что, конечно, в культурном контексте Запада трудно себе представить. Видимо, действительно, нет контракта у власти и общества. И власти ничего не помешало устроить ситуацию двойной травмы, а то и тройной.

Со стороны все это тяжело было наблюдать – все страдали, в том числе и “помогальщики”. Людей, действительно, разбивали на шестерки, потом вели к главному врачу или к кому-то еще. Их специально разделяли, чтобы человек переживал очередную травму уже не вместе с другими родственниками потерпевших. Старались избежать групповых реакций. Не из гуманных соображений. Реакции толпы – страшное дело. А опасность реакций такого типа могла быть вполне реальной. В этом смысле психологи поступали правильно: они “оттягивали” агрессию на себя.

Теперь опять хотелось бы сказать по поводу хронотопа. Представьте себе родственника, который ожидает, находясь в этом ступорозном состоянии... Либо не знает, что происходит с его близкими и ждет информации, либо знает, но ему ничего не дают делать, либо уже узнал, что его близкий погиб. Что можно сделать, когда таких людей много, и с каждым не поговоришь? Вот в этой ситуации как раз спасает протраивание цепочки действий. При похоронах что делают? Поминки, ритуалы, обряды... Много-много всего нужно сделать. И идет разговор о том, что придется еще оформлять, бегать, заниматься документами, и т.д. То есть надо постепенно выстраивать цепь действий и, таким образом, восстанавливать связь с будущим.

По поводу чувства вины. Чувство вины переживают практически все: и родственники, и персонал, который там работает, и выжившие жертвы.

Ощущение вины у тех, кто остался в живых, – один из почти обязательных компонентов синдрома посттравматического стресса. Одна женщина, когда газ пускали, до последнего держала своего мужа за руку, он умер фактически у нее на руках, а она выжила. Она переживала безумное чувство вины, что его “упустила”. У родственников также ощущение вины: зачем отпустили близкого человека на этот концерт?! У врачей... У многих врачей чувство вины переходит в агрессию, причем, нередко, – двусторонне направленную. Впрочем, у кого как. У одних в агрессию по отношению к жертвам, у других – по отношению к власти. И, я согласен, наверное, это результат размытости социальных контрактов, социальных ролей и позиций, что создает дополнительные травмирующие факторы в кризисной ситуации.

Что происходит, на мой взгляд, сегодня? Общество в клиническом смысле нашло выход. Оно восстановило свое прошлое: власть, мол, у нас всегда в таких случаях была, мягко говоря, не на высоте, и сейчас ничего не изменилось. Поэтому никакого разрыва нет. Таким образом, разрыв преодолен за счет социальной напряженности и агрессии, мне так кажется. А на счет будущего... Поскольку общество у нас и так травмировано, будущего в общественном сознании давно уже нет.

– Ты сказал, что общество восстановило свое прошлое, ругая власть. Я сегодня читала лекцию, и аудитория разделилась ровно пополам. Одна половина кричит: “Они еще собираются восстановить памятник Дзержинскому!”, другая – с той же силой: “Они еще и Дзержинского убрали, лишив нас прошлого!” Как видно, общество восстанавливает прошлое, как может. К сожалению, оно опирается на мифологию прошлого, считая это действительным прошлым.

**Б.Мастеров:** Понятно, что это имеет отношение к ответственности и такая компенсация неадекватна.

– Моя ученица провела на Дубровке целый день, – ту же пятницу. То, что она увидела, повергло ее в шок. Масса случайных людей, начиная с каких-то сектантов, кончая политическими деятелями. Какие-то психологи, кстати, их было немного и у нее создалось впечатление, что это добровольцы.

– Непрофессиональная работа была...

**С.Ениколопов:** Я могу сказать точно, кто там работал. Из Института им. В.П.Сербского – группа под руководством профессора З.И.Кеке-лидзе, психологи МЧС, психологи МВД. И все остальные, кто к ним присоединялся: некая группа, довольно большая, психологов Московского департамента образования. Были психологи горздрава и другие. Оценивают они друг друга весьма неуважительно. Если сопоставлять их высказывания, то

ясно, что ни один из них ничего хорошего о товарищах не сказал. К сожалению, это является нашей культурной особенностью. На самом деле, это же страшно...

Важно, что фактически организованной *системы помощи*, с нормальными социальными позициями или контрактами социальными, просто нет. А между тем, следует ожидать второго кольца травмы... Это школы, в которых погибли дети, школа Сергея Казарновского – большая часть детской группы была оттуда, родственники жертв...

**Б.Мастеров:** Интересная с профессиональной точки зрения вещь – круги травмы. Пока болеют жертвы, обращений за помощью со стороны этой второй волны не будет. А вот когда дети выздоровеют, начнет болеть вторичный круг. Представьте, какой механизм “закручивается” в семьях: больные обеспечивают здоровье родственников второго круга. Понятно, что потом очень много будет цепочек и положительной обратной связи от болезни первых.

Еще одна особенность, касающаяся тех, кто был внутри театрального центра. У них наблюдался феномен, что они никому не нужны. Я слышал об этом со всех сторон. “Мы понимали, что нас не пожалеют террористы, и понимали, что не пожалеют наши”. Кстати, Григорий Васильев так и сказал по телевизору в каком-то интервью: “Мы никому не нужны”. И добавил: “Мы спасали наши жизни. Мы делали только то, чтобы спасти себя, потому что знали, что нас никто спасти не будет”. Вот это ощущение незащищенности со стороны общества, на мой взгляд, – еще одна особенность нашего социума в ситуации травмы.

Нет страны, где бы заложники чувствовали себя абсолютно уверенными в том, что все они получат помощь и останутся живы. Заложники в любой стране отлично знают, что в случае захвата террористов убьют, а сколько из них самих погибнет – это “издержки производства”. Единственное различие: у них есть памятка, у нас ее нет. В этой памятке: при штурме следует находиться дальше от стен самолета, ближе к проходу, вниз головой – это сообщалось каждому, кто летал на западных авиалиниях в период обострения террористической опасности. Так что феномен “мы никому не нужны”, вообще говоря, всем известен. Нет страны, где бы было по-другому. Это у нас еще обсуждают...

**Б.Мастеров:** Я имею в виду внутреннюю психологическую ситуацию. Она совершенно иная. Те же израильские заложники знают, что будет штурм, они знают, что с террористами не договариваются. Но там есть субъективное присоединение. Ты заодно с теми, кто стреляет, ты с ними сообща. На Дубровке была другая ситуация. Рассказывал спецназовец: “Идет штурм, все лежат, я вижу эмвэдэшника, который шарит по карманам.

Мы разговариваем друг с другом: его тоже пристрелить?” В этом смысле у израильских заложников, как я думаю, будет совершенно иная ситуация.

**Р.Перес:** ...Если ставить вопрос в самом общем плане, есть разные факторы, которые влияют на то, будут люди страдать от посттравматического стресса или нет. Прежде всего, это зависит от *типа воздействия*. Военные травмы оказывают более сильный эффект, нежели катастрофы. По моему опыту, который я получил во время войны в Сальвадоре, самый сильный эффект оказывают пленение и пытки, причем пытки – наибольший. Используя психотерапевтические методы, можно вывести из посттравматического стресса человека, который был в плену, а жертв пыток – нет. В Сальвадоре было очень много пыток. И я ничего не мог сделать с жертвами. По сей день у меня нет ответа на вопросы, которые возникли тогда, – что нужно, чтобы им помочь. Таким образом, есть факторы, которые зависят от типа воздействия.

Вместе с тем, есть факторы, которые связаны со *свойствами личности*. После второй мировой войны вошла в моду теория психопатической личности, которая при стрессе дает трещину, и тогда возникают симптомы. Это теория Майера Гросса. В последние годы приобрела большое распространение теория “копинга”. Она делает акцент на тех ресурсах решения проблемы, которые имеются у человека. Чем больше таких ресурсов, тем меньше мы подвержены посттравматическому стрессу.

Сегодня самая модная теория – *ожидания потерь* (*Conservation of resources stress theory*, сокращенно: *COR*). Она была предложена Копполом в 1989г. Вначале никто особенно не обратил внимания на эту теорию. Но факты убедили, что в ней есть зерно истины. Коппол различает несколько видов потерь в экстремальных ситуациях. Это могут быть статусные потери (утрата определенной социальной роли, личных характеристик, самооценки, утрата чувства, что локус контроля находится внутри нас, и т.д.). Еще один вид – потеря энергии, так это определяет автор. Он имеет в виду страхование и деньги. На основании теории Коппола было проведено огромное число исследований. В октябрьском номере журнала “Посттравматический стресс” эти исследования обобщены и проанализированы. Ураган “Джордж”, один из наиболее сильных за последние 50 лет, вызвал огромные разрушения в США, на островах Вирджинии, в Доминиканской Республике и т.д. Тогда и была создана международная группа для исследования посттравматического стресса, на основании как раз теории Коппола. Оно велось во всех этих местах одновременно, используя одни и те же инструменты. Было обнаружено следующее. Наибольшее влияние на проявление симптомов посттравматического стресса оказывают следующие факторы: 1) страна; 2) потери, в основном, потери личностные, о которых я

говорил выше (самооценка, локус контроля и т.д.); 3) социальная поддержка. Другие факторы не влияют, и это соответствует моему опыту.

Почему *страна* стоит на первом месте в перечне факторов, влияющих на проявление посттравматического стресса? Когда свирепствовал ураган “Джордж”, многие американцы потеряли свои дома, в том числе очень дорогие, стоявшие на берегу моря. Но эти дома были застрахованы, и через некоторое время их владельцы построят точно такие же. В Доминиканской Республике человек потерял дом, который не стоит и тысячи долларов, но у него нет никакой страховки, и он не восстановит своего жилья. И вообще в США пострадавшим сразу же была оказана какая-то поддержка со стороны государства, негосударственных организаций и всяких групп. В Доминиканской Республике ничего подобного не было. То есть, несомненно, принадлежность к какому-то этносу имеет влияние. Другие факторы... Решающие из них – ожидаемые потери, то, насколько они восполнимы, каким образом и какая помощь может быть тобой получена.

**С.Ениколопов:** Божий дар все-таки заключается в том, что не все 100% участников травматического события (не в австрийском, а в традиционном понимании) получают посттравматические стрессовые расстройства. Если даже, например, среди военных указывается процент свыше 20% – это точно неправда. По нашим данным, только у 14% военнослужащих после выхода из Чечни обнаруживались посттравматические стрессовые расстройства. В основном, эти цифры колеблются от 14 до 20. Наиболее высокий процент – в случае изнасилований: от 26 до 32%. И тут как раз цифра значительно колеблется в разных странах. Цифры получены при анонимных, естественно, обследованиях, репрезентативных и прочее, не по обращаемости. ...С кем, действительно, работать труднее всего, – это жертвы пыток. Перед ними стоишь и не знаешь вообще, что делать. У меня был случай, когда человек, попавший в плен и ставший жертвой пыток, сам был врачом. Он для себя решил, что сохранит позицию отстраненности (это единственный способ спасения) и что он, как исследователь, должен все фиксировать. Он написал кучу эссе на эту тему, но все равно, даже при относительно удачном выходе из ситуации травмы, ему можно было поставить диагноз... Он работал и с немцами, и с французами, и с американцами после этого, но все равно симптомы остались неизменными. Вторая сложная группа, с которой мы, по-видимому, сейчас столкнемся, это родственники людей, погибших в авиакатастрофах. Здесь основная проблема, насколько я понимаю, в том, что нет пределов фантазии по поводу гибели. Какое есть воображение у человека, так он и будет рисовать себе произошедшее. То же самое, по-видимому, и с подводными лодками.

Если говорить об интересующей нас тематике, то, как уже говорилось, есть два фактора, которые влияют более всего. Это *индивидуаль-*

*но-психологические характеристики:* туда входят копинг, готовность к событию, картина мира. И второе – *окружающая среда*, способствующая или не способствующая адаптации. Сюда как раз относятся сплоченность общества, семья, социальная поддержка, победители или побежденные. В Армении (в случае не землетрясения, а участников боевых действий в Карабахе) у ереванцев, которые воевали и вернулись, посттравматический стресс, в частности, с суицидом, выражен больше, чем собственно у карабахцев. Это выражается и в поведении. Когда вы приезжаете в Степанакерт, то видите бедных, но аккуратно одетых людей. В Ереване на митинг человек может выйти в мятой одежде, в “трениках”, небритый – никогда раньше в таком виде людей в этом городе невозможно было увидеть. И там хуже обстоят дела с суицидами, с алкоголизацией, с наркоманией среди населения. Разница в цифрах очень значительная.

Индивидуальная картина мира включает три основных составляющих: 1) мир благожелателен; 2) мир контролируем и предсказуем и 3) я привлекателен и симпатичен. В любой травматической ситуации рушатся все эти три составляющих. И как восстанавливать? Об одном из наиболее действенных методов здесь уже говорилось – через прошлое. Потому что, какое может быть будущее, если мир только что разрушился? С чего бы это он вдруг стал благожелательным и предсказуемым? Ну и т.д. Культуральные различия здесь имеются. Ну, знаменитый пример – самое большое, просто гигантское обследование участвующих в боевых действиях американцев по поводу посттравматических расстройств. Обнаружилось, что ни один индеец, участник боевых действий, подобными расстройствами не страдал. Причем, они дифференцировали людей, служивших в разных родах войск, в разных местах (во Вьетнаме, в тыловых частях, на Гавайях). Индейцы были в основном связистами и разведчиками. Казалось бы, учитывая род войск, у них больше, чем у других, должны были быть выражены посттравматические стрессовые расстройства. Но оказалось, что это не так. Дело в том, что у индейцев имеется обряд очищения воинов. В культуре индейцев есть представление о том, что с окончанием войны все должно быть забыто, завтра надо пахать и бегать за бизоном. Так это и осталось. Примерно такое же представление существует и у зулусов, т.е. практически у всех воинственных племен. Эти культурные традиции сохраняются до сих пор. Война кончается, после этого проводится некий обрядовый праздник, а затем надо работать. Можно, конечно, устроить пьянку на месяц, но здесь уже нужно проверять, пройдет ли ПТСР при этом или нет.

Так что, если говорить о культуральных различиях, то таковых – два варианта. Один – индивидуальная культура, т.е. интериоризация культуры на индивидуальном уровне. И второй – социальная структура, социальная поддержка. Отсюда все влияния. Если мир контролируем и предсказуем, то

здесь, конечно, восстановление возможно только за счет работы *внешних* структур. Вот я вижу, функционируют они или не функционируют, кому какая доля ответственности принадлежит, кому что предписано, куда я могу прийти, а куда не могу... И тогда чтобы восстановить свою внутреннюю картину мира, одни обращаются к Дзержинскому, другие – не к Дзержинскому. Это – пассивный вариант. А второй – это то, на что можно *воздействовать*, как *создавать* структуры, функционирующие наилучшим образом, кому, когда, на каких этапах *включаться*, где им место на всем этом отрезке. Мне близка позиция Бориса Мастера, что на самом деле, восстанавливая прошлое, мы пытаемся восстановить будущее. Другого пути восстановления будущего у нас нет. ...Сначала должна быть обретаена какая-то опора. Опора может быть только в прошлом.

– У нас особая страна с непредсказуемым прошлым...

– Ну, знаете, ... как только начали строить Храм Христа Спасителя, возникло общество по восстановлению бассейна “Москва”. В этом смысле прошлое можно пролонгировать как угодно.

**Р.Перес:** Результаты обследования индейцев, рассказанные вами, могут быть реинтерпретированы на основании теории того же Коппола. В психологическом плане они с детства воспитывались так, что путь мужчины – это путь воина. Они на войне ничего не теряют, а только приобретают, а именно – статус настоящего воина. Кроме того, в этих группах очень сильная социальная поддержка, и ее никак не сравнить ни с Россией, ни с Соединенными Штатами. Таким образом, и эти данные можно интерпретировать с точки зрения указанной теории.

**А.Варга:** У нас есть еще один докладчик. Катя Кадиева жила в Америке во время событий 11-го сентября.

**Е.Кадиева:** ...Интересно было наблюдать за реакцией СМИ после событий 11-го сентября. Один из ударов террористов был нанесен по Пентагону – символу военной мощи Америки. Информация об этом исчезла к вечеру того же дня. Все подавалась как нападение на Вашингтон. И было ощущение, что горе пришло в дом буквально каждого американца. Сначала мы, конечно, пребывали в своем русском негативизме и поиске виновных. Но прошла неделя, и мы начали понимать, что в том, что происходит, как ни странно, есть положительные стороны. Иными словами, нация из трагедии делала себе ресурс. Они сплотились, они ощущали себя американцами, и что они все вместе. Тревога рядовых американцев, на мой взгляд, от этого как-то снижалась. Сразу же после взрывов началась странная история с рассылкой писем с возбудителем сибирской язвы. Но наперекор новой волне страхов и опасений все равно в целом было ощущение консолидации нации и того, что из трагедии делается ресурс.

Следующая любопытная особенность. Когда по телевизору был показан документальный видеоряд, запечатлевший картину взрыва, американцы не восприняли это как реальность. На протяжении еще нескольких часов многие люди продолжали думать, что то ли идет какая-то реклама, то ли показывают кадры нового голливудского блокбастера. Они не могли поверить, что это *реально* – то, что Америку могут бомбить, и то, что их страну могут так ненавидеть. Я потом говорила с очень многими людьми. Все они рассказывали, что при появлении этих кадров просто ждали, что на экране вот-вот появится логотип того, что рекламируют, или возникнет образ героя блокбастера, который придет и всех спасет. Эта особенность общественного сознания очень интересно проявилась повторно. Где-то к февралю 2002 года появились книги комиксов, посвященных 11 сентября. Был объявлен конкурс, и люди присылали свои сюжеты на тему этого события. При этом американцы очень трогательно, даже трепетно относятся ко всем тем, кто был вовлечен в это печальное событие, и кого оно непосредственно коснулось.

Что еще бросилось в глаза? Основная позиция журналистов: все, кто участвовал в этом событии, – герои. Реально обнаружилось немало вещей, к которым можно отнести критически. Например, то, как происходила эвакуация жертв, и др. Если бы это происходило у нас, наверное, было бы предъявлено очень много претензий к пожарным, которые убеждали пострадавших, что не надо убегать, и что башни не рухнут, или к спасателям, которые также далеко не всегда были эффективны. Реально было много всего, к чему можно было бы придраться. Но это не попадало на страницы газет. Особенно первые месяцы три эта сторона дела совершенно не обсуждалась. *Все* были герои. *Герои*, которые защитили Америку от нападения врага.

В этой связи примечательно и то, как быстро реакция на агрессию вылилась *за пределы* Америки. Уже к обеду 11 сентября объявили, что... – была совершенно замечательная фраза – что *пока* доказательств причастности Бен Ладена к случившемуся нет, но он как был террористом № 1, так им и остается. К вечеру все уже просто утверждали, что это дело рук террориста № 1. Доказательства так и не появились.

Нашим журналистам было интересно, как делались эти программы, и они внимательно отслеживали прессу. Реально не было найдено никаких доказательств причастности Бен Ладена к событиям 11 сентября. Но при этом, когда бомбили Афганистан (довольно неприятный момент!), рядовые граждане ликовали: “Мы не позволим так поступать с нашей Америкой!” Информация о том, что в Афганистане есть жертвы этой войны, также не попадала на страницы американских газет. Это был “ответ Америки на удар”. Шапки всех газет, всех теленовостей пестрили подобными заголов-

ками. Это тоже весьма характерный культуральный и, на мой взгляд, достаточно необычный феномен: все плохие – где-то там снаружи, все американцы – герои.

Теперь о том, что происходило с непосредственными участниками событий в Нью-Йорке и Пентагоне. Я разговаривала с двумя девушками, которые работали в Пентагоне. Когда в здание врезался самолет, они находились на рабочем месте и только-только успели прочесть новости из Нью-Йорка (к тому моменту, по-моему, еще даже башни не обрушились). И как раз когда они читали эти новости, в здании Пентагона раздался взрыв. Эти девушки – не военнослужащие, просто работали на компьютере. Они рассказывали, что у них был чудовищный шок: все, пришел конец, они умирают. Но там были их коллеги, военные в старших чинах. И они сказали, что нет, это не конец: раз взрыв произошел, а мы об этом знаем, значит, мы еще живы. (*Смех.*) Их достаточно быстро эвакуировали – весь Пентагон. После этого они не работали три или четыре дня, что, в общем, тоже интересно, поскольку дело все-таки касается военных... Девушки признавали, что им было очень трудно возвращаться на работу. При этом ни с кем из них психологи не работали. Считалось, что раз люди остались целы, у них нет проблем.

Между тем, картина того, как разворачивался стресс вслед за событиями 11 сентября, была достаточно типичной. Я говорила с несколькими людьми, которые работают на Манхэттене, в соседних с Всемирным торговым центром офисах (один человек работал в офисе, который был прямо напротив рухнувших башен). По их рассказам, когда они после катастрофы вышли на работу, картина стресса была очень яркой. Все сидели на рабочих местах, испытывая чувство бессмысленности происходящего, абсолютно не понимая, что они здесь делают, зачем все это надо. И тоже ни с кем из них психологи не работали. Понятно, на всех не хватало...

Очень интересно, что, по их словам, происходило непосредственно после того, как башни ВТЦ рухнули. Асбестовая пыль засыпала большую часть Нью-Йорка. Пострадал жилой фонд. Ввиду угрозы асбестовых отравлений многие дома были целиком опечатаны. Огромному количеству людей негде было жить. Они расселялись по друзьям и знакомым. Для Америки это достаточно необычно, поскольку там весьма закрытые границы семьи. И то, что почти каждый достаточно успешный и благополучный житель Нью-Йорка принял кого-то на жительство, по-своему тоже ввергло нью-йоркцев в шоковое состояние. Было ощущение, что город разваливается, расползается реальность.

Здесь упоминались случаи мародерства в связи с террористической акцией на Дубровке. В Нью-Йорке такие случаи, естественно, тоже были. Там действовала специальная сервисная служба, работники которой в респи-

раторах убрали косвенно пострадавшие офисы, квартиры и т.д. И случаев мародерства было очень много. Эта тема даже обсуждалась в прессе. Но каждый раз происходящее описывалось как какой-то отдельный случай, проступок отдельного человека, который недобросовестно выполняет свою работу. Никаких обобщений! Т.е. люди не строили на основании каких-то отдельных случаев общую негативную картину, что мир вокруг плох, государство не любит свое население и т.д. Это вызывает удивление.

Еще одна удивительная вещь. Четыре самолета подряд были захвачены террористами! Но никаких признаков поиска виновных в американской администрации не наблюдалось. Кто виноват в том, что все это вообще могло произойти, что люди с оружием попали на борт самолета, – эта тема поначалу не возникала вообще. Первые публикации, затрагивающие ее, появились только в апреле-мае. В июне было опубликовано письмо служащей ФБР из Миннесоты, которая сообщала, что в конце августа прошлого года в головной отдел ФБР ими было отправлено специальное сообщение, в котором говорилось о подготовке террористического акта. То есть как бы честные сотрудники ФБР предвидели его возможность и сообщали о надвигающейся угрозе. Но в конце августа или в начале сентября им был спущен ответ с указанием закрыть все работы на эту тему. Этой женщине очень тяжело дался такой шаг. Чувствуя, что она должна написать данное письмо, дабы были приняты меры во избежание будущих терактов, она, вместе с тем, ощущала себя предателем. В течение почти года в ней шел внутренний конфликт: быть лояльной по отношению к ФБР или по отношению к нации? У нас в каком-нибудь “Московском комсомольце” подобная информация появилась бы через два дня после события.

– Что-нибудь бы выдумали...

– Или выдумали бы, да... После этих событий был большой диспут на тему: “Что значило для Америки 11 сентября?”. Часть людей говорили, что Америка должна повернуться к реальности. Взрывы происходят во всех странах, в Европе, в Израиле... Америка жила так, как будто США – замкнутый на себе мир, в котором ничего подобного не может случиться никогда. Другая часть аудитории утверждала, что на самом деле это неправда, что у США всегда была очень тяжелая история, но что Америка – форпост демократии, и поэтому у нее не бывает терактов и быть не может. Диспут показал, какие процессы происходят в массовом сознании.

По поводу конкретных жертв. В мартовском выпуске журнала “People” на развороте обложки в качестве ведущей темы номера была помещена история про женщин, мужья которых погибли 11 сентября, а они на этот момент были беременны. За прошедшие полгода у них родились дети. 80 женщин. Более 50 из них согласились принять участие в съемке. И это был такой большой двойной разворот – фотографии матерей с детьми. А далее

помещались интервью с этими женщинами, рассказывались истории их семей, и что с ними происходило после трагических событий. Ни с одной из женщин до съемки не работал психолог. Они со своей депрессией так и сидели дома. Понятно, что часть появившихся на свет младенцев – “замещающие” дети. Матери дали им имена погибших отцов; фотографируя младенцев, одевали их в вещи своих мужей... И только после того, как была организована съемка, с ними начали работать психологи. Неделю они жили в каком-то отеле. Была создана специальная рабочая группа. Там их снимали, брали у них интервью, с ними работали визажисты, шла группа общения. И когда их спрашивали, почему они согласились на съемку, в первую очередь они сказали о том, что это единственное место, где собрались такие же люди, как они, и где их поймут. Потому что, оставаясь в своем обычном окружении, они чувствуют себя в изоляции. Вот то же, о чем говорилось у нас здесь, – они чувствуют, что никому не нужны. Когда они хотят получить страховку за смерть мужа, им говорят, что они хотят нажиться на горе нации. Вот такая картина. Может, это и не государственная политика, но на уровне рядовых граждан все происходило именно так...

Еще одна история. Вот фотография, которая обошла все журналы: женщина, спускающаяся по лестнице... Она работала в здании Центра секретарем в одной компании, и когда произошел взрыв, то просто побежала вниз, с 68-го или с 86-го этажа, несмотря на то, что пожарные говорили, что не надо этого делать. Все это время, пока башня еще не обрушилась, она спускалась вниз по лестнице. И как только выбежала из башни, та рухнула. У этой женщины взяли интервью все газеты и журналы. Моменты, когда она вышла, и то, как она стояла около рухнувшей башни, – были запечатлены на всех обложках. А она об этом даже не знала. Просто поехала домой, заперлась там и никуда не выходила. Ей позвонила ее мать и сказала: “Ты знаешь, что твоя фотография всюду?” Оказалось, что она не могла ни телевизор смотреть, ни читать о случившемся, не могла даже выходить на улицу. После этих событий у нее начались фобии и панические атаки. Так как она работала секретаршей, то вынуждена была оставить работу. Она разведена. До событий жила с дочкой (таково было решение суда при разводе). После того, как она потеряла работу, муж снова подал в суд, и суд решил, что мать не в состоянии заботиться о ребенке, поэтому дочку отдали отцу. При этом у нее дешевая страховка, следовательно, она не получила никакой психологической помощи. Минувшим летом какой-то английский журнал взял у нее интервью, в котором она говорит, что после событий 11 сентября у нее взяли интервью все газеты и журналы и, наверное, заработали на ней очень большие деньги, но она не получила ни цента. Она не в обиде, но хотела бы, чтобы ей оказали хотя бы психологическую помощь и поддержку. У нее стресс, она не может выходить на улицу, она абсолютно

разрушена, находится в депрессии. Вот такая история... Нельзя сказать, что она абсолютно показательная. По-видимому, с кем-то психологи работали. Но до всех, кто нуждался в помощи, это не дошло.

**С.Ениколопов:** Буквально месяц назад я был в университете Хофстран (это университет по ту сторону Гудзонова залива). С крыши его библиотеки хорошо виден Манхэттен. Таким образом, преподаватели и студенты стали очевидцами того, что происходило 11 сентября. Там довольно сильный психологический факультет. Один из профессоров рассказывал мне, что декан собрал всех преподавателей и предупредил, что нужно быть терпимым к студентам, они все это переживали, когда смотрели с крыши. Вдруг крик: “Какие, к черту, студенты?! Я переживаю!” К нему присоединились голоса других преподавателей, кроме двух человек – самого декана и одного профессора. Оба – специалисты по посттравматике, а профессор – еще и боевой летчик, участник войны во Вьетнаме. Позже он признался мне: “Я впервые видел такое профессиональное сообщество, которое как бы отпихивало студентов: “Почему мы должны быть терпимы к ним на экзаменах?! Это мы – жертвы!”

Находясь там, я слышал, что, действительно, психологическая помощь оказывалась только службам. Ее получили пожарные, полицейские и т.д. от своих ведомственных психологических служб. А все остальные – как Бог на душу положит, несмотря на то, что фактически весь город был вовлечен в эти события. И реакций типа “мы никому не нужны” тоже было немало. Один мой знакомый, эмигрант из России, работает по соседству с Торговым Центром. Их офис отделяла от него только узкая улица Манхэттена. Все происходящее они видели в окна, естественно, с ужасом ожидая, что башни могут завалиться и на их здание. Но начальство требовало, чтобы они сидели на местах. И у них было ощущение, что это бесчеловечная система: на месте сидеть важнее, чем спасти свою жизнь.

Еще один интересный момент. Англичане хотели провести исследование на тему стрессоустойчивости в разных странах. Им казалось, что наименее стрессоустойчивой является психика именно американцев, которым требуется отход от представления, что с ними ничего подобного случиться не может. Однако программа была практически зарублена, хотя все остальные программы (по вооружению, по борьбе с терроризмом и др.) – стали международными. На этот же раз американцы придерживаются иной точки зрения: сами будем изучать свои собственные проблемы, и никого постороннего допускать к этим исследованиям не следует.

– Американский психотерапевт Кэтрин Бейкер, которую многие здесь знают, после 11 сентября в письме написала: “Америка потеряла девственность”.

– Весьма неожиданной была реакция эмигрантов. Многие из них чувствовали себя обманутыми. Они ехали в Америку в надежде обрести безопасность, а оказалось, что и в этой стране безопасности нет. Это был такой стресс!.. Прежде всего, конечно, для израильских эмигрантов...

**С.Ениколопов:** У нас фактически нет собственных исследований по посттравматике. Я имею в виду исследования, которые были бы сделаны с помощью собственного, адекватного инструментария. Мы заимствовали то, что наработано на Западе, и стали это применять на практике. Да бог с ней, с посттравматикой! Самое печальное, что мы не знаем, кто как находит выход среди спонтанно адаптировавшихся. Бытует точка зрения, согласно которой, если проявления посттравматического стресса не достигли клинического уровня, то есть уровня, позволяющего поставить диагноз, то проблемы нет: нет явных расстройств. Ну, есть раздражительность или одна агрессия – ничего, обойдется. А поскольку мы не знаем, как спонтанно протекают вот эти первые шесть месяцев, то многое пропускаем. Я и на Западе не много знаю таких работ ...

В свое время у меня с Берковской было исследование, касающееся детей из зон боевых действий. И когда мы сравнивали данные детей и взрослых, то искаженная картина мира в наиболее выраженной форме обнаружилась именно у детей, особенно в возрасте 11-14 лет. Это “зубы дракона” всех боевых действий! Психологи приходят, главным образом, к участникам боев. Дети спокойно играют в войну, спонтанно адаптируются. На самом деле посттравматики там нет. Но там идет глубокое изменение картины мира: враг – это нечто четкое, определенное, имеющее точное название, потому что это название национальности противника. И видели мы это на примерах противостояния карабахцев с азербайджанцами, грузин с абхазцами, грузин с осетинами, чеченцев – с русскими. При этом у нас складывалось представление, что с взрослыми все намного проще. Кончится война, и взрослые смогут разговаривать между собой. Что касается детей, есть вероятность, что они уже никогда не заговорят, а в следующий раз опять возьмутся за оружие.

И вот это самое грустное, что нет никаких психологических исследований для того, чтобы мы опирались на сознательную политику, а не просто ограничивались конкретной психотерапевтической помощью (которая, конечно, тоже должна быть, независимо от того, есть у нас эти исследования, или их сейчас нет).

Почему я с интересом откликнулся на идею этого круглого стола? Есть ли у нас культурные особенности, на которых можно было бы “поиграть” ради того, чтобы повысить обращаемость за помощью и тем самым снизить посттравматический стресс? Потому что, еще со времен землетрясения в Армении и даже Чернобыля, после катастрофы возникает культуральное

разрешение, то есть снятие запрета, на обращение к психологу или к психиатру. На самом деле, к ним никто не любит обращаться. Такого рода запрет существует практически во всех культурах. Стигматизация наблюдается одинаково – что у нас, что у американцев. Только у нас она в большей степени носит государственный характер, а у них – социальный. Никто не любит афишировать, что он обращается к этим специалистам. В случаях, о которых мы говорим, возникает возможность прорваться в окошко: теперь можно! К этому мы должны быть готовы.

И здесь, конечно, должны учитываться этническая психиатрия и психология. В одних культурах есть разрешение на обращение за помощью или на психологическое иждивенчество, в других культурах это не принято, в третьих – пока непонятно. Мы в свое время образовали армянский центр... Сейчас они стали жаловаться, что, по их субъективному ощущению, эта массивированная психологическая помощь создала большое количество своеобразных иждивенцев (не социальных, а социально-психологических), которые все время хотят получить психологическую поддержку: они чихнули – надо им оказать помощь, сквознячок – опять “помогите”. “А что я должен делать?” То есть люди пользуются возможностью перенести собственный локус контроля на некоего психолога, переложив на него всю ответственность за себя. Понятно, что это крайность, и на самом деле люди все разные. Но надо учитывать и такую возможность: мы можем оказаться теми, кто стимулирует иждивенчество.

**Р.Перес:** То, что вы сказали, очень похвально. Но все-таки это, скорее, желаемое, а действительность – другая. Когда я пришел на Дубровку, я увидел некоторый хаос. Хаос был полуорганизованный: разные ведомства имели там своих представителей, которые как бы чего-то делали. То есть это был полухаос. Но это еще ничего. Как только тема перестанет быть модной, всем этим людям, которые были там, так или иначе пострадавшим, некуда будет обращаться со всеми их проблемами. Ни хорошего, ни плохого – никакого нет центра, который мог бы организовать, финансировать, методологически обеспечить такую помощь. Есть какие-то детские Центры... Это хорошо, но не совсем то, что должно быть.

**Е.Вроно:** Конечно, нет сети, нет инфраструктуры. Но мы только что слышали коллегу, которая рассказала нам о том, что в стране, которая, по нашему разумению, имеет развитую инфраструктуру оказания разного рода психологической помощи, человек, обладающий дешевой страховкой, не может эту помощь получить. Поэтому я думаю, что наши сетования понятны, но и упования наши на то, что когда-нибудь этот центр возникнет и кто-то будет координировать наши всеобщие усилия, абсолютно химеричны. Поэтому давайте работать сами. И, кстати, про наше негативное восприятие и про то, что мы вполне готовы к негативному развитию со-

бытий. Негативное развитие событий мы видели, и модель была продемонстрирована – обычная российская, советская модель: блистательно сделанная операция, и потерянный больной, потому что ему трубку вовремя не вставили в горло, чтобы он продышался, или его не выходила нянька. А операция была произведена замечательно. (Смех.) Мы увидели модель, к которой привыкли. Это к вопросу о наших негативных ожиданиях. Но при всем при том даже из сегодняшнего описания событий мы все-таки обнаружили, что на месте работа какая-то была, и работа квалифицированная, профессиональная. Другое дело, что теперь я слышу, что мэрия собирает совещание по поводу того, что необходимо создать (только теперь создать!) некие ресурсы для “Альфы”, для спецназовцев. Какие ресурсы? Они были там голодные. И людям, которые дежурили, водителям автобусов и машин “скорой помощи”, никто не дал ни поесть, ни попить. ... И все равно придется каждому работать на своем месте – никуда от этого не деться.

– В принципе прогресс все-таки есть. И даже в этой позиции, что у нас трудно выходить больного после блестяще проведенной операции, тоже есть позитив. В этом проявляется некая национальная стабильность. (Смех.) И жить становится как-то надежней. Так и представляется: спасти тебя спасут, но не выйдут.

– Ну, спасибо... (Смех.)

– Очень хочется, Сергей Николаевич, поддержать вас в одном. Сейчас, когда, на самом деле, у всего общества – посттравматический синдром с разными признаками, у каждого свой, исследования нужны, как воздух. ... Психологи захватили очень большой сектор массовой информации (достаточно неприятно об этом говорить) по поводу того, как жениться, развестись, как правильно воспитывать ребенка и т.д. А когда дело касается таких массовых вещей, психология молчит.

**С.Ениколопов:** Говорить можно о том, что есть. А сколько можно ссылаться на американские цифры, на американские данные и надеяться, что американцы нам помогут? С критерием истины все хорошо, потому что есть люди, которые будут оказывать нам индивидуальную помощь. Ее стратегии достаточно отработаны, им можно научить, провести тренинги – тут нет проблем. Но есть некоторые побочные факторы, о которых я говорил, и они вне исследования не могут быть определены.

(Конец записи.)