

Экзистенциальные основания клинико-психологической картины трагедии нашего времени

Ермолаева М.В.

*Московский государственный психолого-педагогический университет
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1645-5136>, e-mail: mar-erm@mail.ru*

Лубовский Д.В.

*Московский государственный психолого-педагогический университет
(ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7392-4667>, e-mail: lubovsky@yandex.ru*

В исследовании представлена модель клинико-психологической картины переживания нашими современниками трагических событий, связанных с пандемией COVID-19. Показано, что деформация повседневности под влиянием угрожающих обстоятельств заострила черты клинико-психологической картины повседневности наших современников. В качестве наиболее существенных черт авторы отмечают переживания по типу травматического стресса (страх потери работы, переживание ограниченности передвижений, обеспокоенность проблемами ближайшего и отдаленного будущего в связи с переходом на удаленную работу, страх в связи с отсутствием четких перспектив на будущее и др.), а также переживания, создающие риск снижения социального интереса (снижение уровня непосредственных межличностных контактов, скуку в связи со снижением социальной и интеллектуальной активности, переживание беспомощности и бессилия, боязнь утраты автономии и независимости и др.). Авторы показывают, что психологические особенности современного человека, прежде всего молодежи и подростков (представителей поколений Y и Z), создают препятствия для применения опыта совладания с трудностями предшествующих поколений в силу широкой распространенности постмодернистского мировоззрения с характерными для него особенностями. Показана тенденция современной экзистенциальной психотерапии и позитивной психологии на принятие страданий как опыта, необходимого для личностного роста. Как метафору душевной жизни современника и неспособности помочь людям, нуждающимся в помощи, авторы приводят образы фильма «Зеркало для героя» (1987) ввиду их особой актуальности в наше время. Раскрыты направления психологической помощи, позволяющей высвободить ресурсы совладания с ситуацией. Рассмотрены перспективы исследований клинико-психологической картины душевной жизни наших современников.

Ключевые слова: трагедия нашего времени, пандемия COVID-19, клинико-психологическая картина, переживание, постмодернистское мировоззрение, метафоризация.

Для цитаты: Ермолаева М.В., Лубовский Д.В. Экзистенциальные основания клинико-психологической картины трагедии нашего времени [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2021. Том 10. № 1. С. 132–149. DOI: 10.17759/pspe.2021100107

Existential Foundations of the Clinical and Psychological Picture of Our Time Tragedy

Marina V. Ermolaeva

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1645-5136>, e-mail: mar-erm@mail.ru*

Dmitry V. Lubovsky

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7392-4667>, e-mail: lubovsky@yandex.ru*

The study presents a model of the clinical and psychological picture of our contemporaries' experience of tragic events related to the COVID-19 pandemic. It is shown that the deformation of everyday life under the influence of threatening circumstances sharpened the features of the clinical and psychological picture of everyday life of our contemporaries. As the most significant features, the authors note experiences of the type of traumatic stress (fear of losing a job, experience of limited movement, concern about the problems of the near and distant future, in connection with the transition to remote work, fear of the lack of clear prospects for the future), as well as experiences that create a risk of reducing social interest (a decrease in the level of direct interpersonal contacts, boredom due to a decrease in social and intellectual activity, feelings of helplessness and impotence, fear of loss of autonomy and independence). It is shown that the psychological characteristics of modern people, especially young people and adolescents (representatives of Y and Z generations), create obstacles to the application of the experience of coping with the difficulties of previous generations due to the widespread postmodern worldview with its characteristic features. The tendency of modern existential psychotherapy and positive psychology to accept suffering as an experience necessary for personal growth is shown. As a metaphor for the spiritual life of a contemporary and the inability to help people in need of help, the authors cite the images of the film "Mirror for the Hero" (1987) because of their special relevance in our time. The directions of psychological assistance that allows to release the resources of coping with the situation are revealed. The prospects of studying the clinical and psychological picture of the mental life of people during the COVID-19 pandemic are considered.

Keywords: tragedy of our time, COVID-19 pandemic, clinical and psychological picture, experience, postmodern worldview, metaphorization.

For citation: Ermolaeva M.V., Lubovsky D.V. Existential Foundations of the Clinical and Psychological Picture of Our Time Tragedy. *Klinicheskaia i spetsial'naia psikhologija=Clinical Psychology and Special Education*, 2021. Vol. 10, no. 1, pp. 132–149. DOI: 10.17759/cpse.2021100107

Введение

Для практической психологии необходима опора на реалистические представления о картине душевной жизни наших современников и представленные в ней экзистенциальные переживания. В условиях пандемии COVID-19 задача построения такой картины стала особенно актуальной. Для современного человека жизненно необходимыми психологическими качествами становятся интенсивность и полнота восприятия окружающей действительности. Связь насыщенности восприятия жизни и полноты ее проживания, отличающейся присутствием в «здесь-и-теперь», непрерывностью осознания, аутентичностью бытия и подлинностью чувств, подчеркивали многие классики современной психотерапии и консультирования (К. Роджерс, Ф. Перлс, А. Минделл и др.). Современные практики психологической помощи, базирующиеся на принципах экзистенциального подхода, также строятся на представлениях о человеке как наделенном духовной жизнью с выраженными порывами к жизнотворчеству и стремлением к поиску смысла не только в обыденной жизни [34], но и перед лицом смертельно опасных заболеваний [32]. Такие характеристики духовной жизни присущи человеку, не являющемуся изолированной единицей многомиллионного социума, а частью разумно упорядоченного целого, неразрывно связанного с историей, традицией и культурой. Этот человек обладает свободой выбора и сам несет ответственность за свою жизнь.

Однако деформация повседневности под влиянием внешних обстоятельств, ставящих под угрозу не только благосостояние, но и жизнь людей, становится ситуацией нарушенного развития, в которой обнаруживаются переживания («ключевые переживания» по Л.С. Выготскому) современного человека не столь очевидные в обычных условиях, что дает возможность уточнения клинико-психологической картины нашего времени. События, охватившие весь современный мир, по праву можно расценить как трагические. Они вполне соответствуют сложившемуся в философской эстетике пониманию трагического как губительных, невыносимых неразрешимых противоречий жизни, приводящих к человеческим страданиям. Эти события пошатнули веру человека в разумное устройство общества, в справедливость организованного миропорядка, в защищенность человека величайшими достижениями современной цивилизации. Смерть от болезни, уносящей жизни тысяч людей, в том числе родных и близких — не историческое прошлое и не эсхатологические страхи, а актуальное настоящее каждого.

Цель данного исследования — уточнение клинико-психологической картины трагических событий нашего времени в сознании людей в связи с ростом потребности в психологической помощи.

Задачами нашего исследования стали:

- 1) анализ исследований переживаний в связи с пандемией COVID-19 и самоизоляции;
- 2) построение на их основе клинико-психологической картины трагических событий нашего времени в сознании людей;
- 3) анализ характерных для современного человека внутренних препятствий, ограничивающих его возможности оказания психологической помощи и себе самому, и другим людям;
- 4) исследование возможностей метафоризации в осознании вызовов, с которыми столкнулась практическая психология, и внутренних преград, препятствующих оказанию психологической помощи другим людям.

Метод исследования

В работе применен теоретический анализ клинико-психологических, социально-психологических и культурологических исследований духовной жизни современного человека для уточнения внутренних препятствий, ограничивающих его возможности оказания помощи другим людям. Для более точного и емкого обозначения этих препятствий применен метод метафоризации на основе образов, представленных в отечественном кинематографе. Теоретико-методологической основой исследования стали культурно-исторический и деятельностный подходы к исследованию переживаний (Л.С. Выготский, Ф.Е. Василюк) и положения современной позитивной психологии (эвдемонистическая концепция психологического благополучия, представления о страдании как возможности личностного роста).

Результаты исследования

В обилии разрозненных публикаций, в том числе самоописаниях блогеров, любителей сделать свой и так не очень богатый внутренний мир достоянием всех, можно выделить общие признаки эмоциональных реакций на происходящее наших современников. Эти описания дополняют немногочисленные публикации в литературе по психологии, многие из которых представляют собой анализ ситуации на основе разрозненных, порой поверхностных наблюдений. Исследователи отмечают, что ситуация пандемии провоцирует кризис не только экономики, но и медицины, вследствие чего, как показали данные в том числе российских исследований, у медицинских работников в период пандемии обостряются симптомы профессионального кризиса — проявления профессионального выгорания, умеренной и выраженной депрессии, повышенный уровень тревоги и суицидальной направленности [17]. Переживание кризиса характерно для работников служб психологической помощи, поскольку в силу резких изменений жизненной ситуации имеющиеся технологии здоровьесбережения оказываются малоэффективными [33], а спектр проблем, по которым люди обращаются за помощью, существенно меняется, прежде всего за счет резкого возрастания обращений по острым/стрессовым переживаниям относительно актуальных социальных явлений [4; 5].

Отмечена широкая распространенность переживаний по типу травматического стресса [26; 30] — страх экзистенциальных утрат, тревога и ужас, вызванные потерей работы или страхом ее потери [27]. Часто встречаются тревога и неуверенность, связанные с выживанием и экономическими проблемами, обеспокоенность проблемами ближайшего и отдаленного будущего (учеба, работа, материальное благополучие), монотония в связи с размеренностью и повторяемостью жизни в затворничестве, страх из-за отсутствия четких перспектив на будущее, переживание беспомощности и бессилия, боязнь полной утраты автономии и независимости, переживание отсутствия возможности полностью использовать свои профессиональные знания [5; 27; 28]. Ряд переживаний создает риск снижения социального интереса (беспокойство за близких, острое переживание ограниченности передвижений и вынужденное снижение уровня непосредственных межличностных контактов, стресс в связи с переходом на удаленную работу, скука в связи со снижением социальной и интеллектуальной активности). В этой ситуации было отмечено обострение в обществе ксенофобии по отношению к людям азиатского происхождения по той причине, что первым очагом пандемии стал Китай [31]. Возникают психопатологические симптомы, которые не вписываются в привычные схемы, и оттого их труднее отделить от нормального функционирования человека в условиях внешней угрозы [28]. Все эти переживания усиливают проявления того, что З. Фрейд назвал психопатологией обыденной жизни, заостряют ее симптомы, характерные для привычного хода жизни.

Исследования переживаний в связи с пандемией позволяют уточнить клинико-психологическую картину ключевых переживаний современного человека. Когда жизненный вызов неопределенности заявил о себе особенно резко, стали еще отчетливее проявляться отсутствие готовности к резким изменениям жизни, низкий уровень толерантности к неопределенности и низкий уровень социального интереса у многих людей.

По словам У. Адамса, «страх, порожденный реальной опасностью этой напасти, мог бы усилить фундаментальную путаницу, которая постоянно приносит страдания нам и всем нашим отношениям: а именно, диссоциативную фантазию о том, что я всего лишь отдельное, ограниченное кожей, автономное, суверенное "я"» [26, с. 692]. Очевидно, динамика описанных переживаний приводит к их кумуляции: накопление тревоги и неуверенности вызывают взаимное раздражение, претензии, усталость в замкнутом, ограниченном карантинном пространстве семейного круга. По мере накопления эмоционального напряжения актуализируются неконструктивные стратегии совладания (отрицание опасности или ее преувеличение, вера в свою исключительность в плане неуязвимости во всех отношениях, вытеснение мыслей об угрозе, проекция своих негативных переживаний на близких или власть предержащих); полный уход в виртуальное пространство (когда реальная жизнь представляется иллюзорной); обострение у ряда лиц патологической склонности к риску; утрата критичности при встрече с непреодолимой опасностью.

Представленная картина переживаний не является чем-то неведомым, исключительным для наших соотечественников. Двадцатый век изобиловал

людскими трагедиями огромных масштабов, и культурно-психологический опыт душевного восстановления, воссоздания и внешнего, и внутреннего мира из руин известен не только профессионалам-практикам, но доступен любому человеку, который желает этим опытом воспользоваться. Однако такой опыт востребован среди далеко не всех людей. Анализ литературы показывает, что менее всего он востребован у молодого поколения — представителей информационного общества, детей эпохи транзитивности и культуры постмодернизма. Именно это обстоятельство делает их наиболее уязвимыми перед сложившейся ситуацией ввиду не только недостаточности жизненного опыта, но и в силу наибольшей распространенности гедонистических представлений о счастье среди молодого поколения. Проанализированные Л.Б. Шнейдер и Н.В. Сургучевой [22] факторы риска суицидального поведения старших подростков, заключающиеся в смещении от центрации на себе к центрации на невозможности продолжения жизни, создают угрозу не только в отрочестве, но и в юности и молодости, а в условиях выраженной ограниченности контактов и кажущейся невозможности жить как раньше их опасность может возрастать.

Многочисленные научно-популярные описания психологических характеристик поколений Y (родившиеся между 1981 и 1995 годами) и Z (появившиеся на свет в 1996–2010 годах) подчеркивают как различия, так и сходство между ними [29; 35]. Как схожие черты обоих поколений исследователи отмечают эгоцентричность, которая для представителей поколения Z усилена более плотной родительской опекой. При этом представители обоих поколений немало слышали от старших, что они не имеют представления о настоящих трудностях. По этому параметру представители обоих поколений в сложившихся условиях составляют группу большего риска. Как отмечают многие авторы, им свойственен низкий уровень укорененности в одном из постоянных мест работы, собственном жилье, в общественном движении; они считают себя «людьми мира», а не какой-либо конкретной страны с ее историей и политическим строем. Мироощущение современных молодых людей, в наибольшей степени представителей поколения Z, отражает основные черты культуры постмодернизма, которой присущи эклектизм, отказ от содержательных обобщений и попыток целостного осмысления действительности. Культура и искусство постмодернизма отличаются деконструкцией и смешением жанров, противостоянием нормативным или смыслодержущим нарративам, фрагментарностью, секуляризацией традиционных сюжетов, отрицанием трансцендентальных оснований бытия и установки на восходящую линию развития культуры и общества [18]. Принявшие эстетику постмодернизма представители обоих поколений развивают свою культуру, в которой нет места прошлому с его привычным и кажущимся рутинным способом самоосуществления, поскольку в современном мире в массовом сознании одобряемые образцы поведения непременно ассоциируются с приспособлением и способностью к постоянной внутренней мобильности [18]. Более или менее целостная система ценностей, составляющая не только мировоззрение, но и основу любой личности, в информационном обществе заменяется набором переменчивых и неустойчивых установок, на которые постоянно воздействуют массмедиа [16; 24].

Характерная для постмодернизма деконструкция истории и культурного наследия прошлого приводит к тиражированию культурных образцов в виде

различных перформансов, флешмобов и других артефактов, для которых безыскусность и банальность содержания с лихвой искупаются оригинальностью формы. Отвержение истории означает отвержение исторической памяти и исторического времени как такового. Вместе с ними изменяется весь хронотоп современности: будущее перестает быть будущим определенным образом прожитого настоящего, что неизбежно разрывает его связь с настоящим и освобождает настоящее от ответственности перед будущим. В постмодернистской культурно-исторической реальности страны теряют «биографии», которые обеспечивали единство культурно-исторического развития их народов и влияли на формирование личностной и социальной идентичности каждого индивида.

В силу этих культурных трансформаций прошлое оказалось отринутым, будущее — не привязанным к настоящему, а актуальное настоящее («здесь и сейчас») во многом редуцировалось до момента синхронизации передатчика и реципиента, не предполагающей никакого соотнесения отдельно взятых моментов с более обширными временными или смысловыми целостностями [15]. Размытость смыслового контекста и социальная анонимность приводят к тому, что существование реального, подлинного пространства и времени в сознании молодежи (преимущественно у представителей поколения Z) замещается виртуальной реальностью, наполненной симулякрами (по терминологии Ж. Бодрийяра) и предполагающей исключительную легкость существования в ней, игровой способ взаимодействия, не отягощенный духовно-нравственными поисками [18]. Как показано в современных исследованиях, социальные сообщества, опосредованные интернетом, характеризуются легкостью возникновения межличностных связей и такой же легкостью их прерывания («перезагрузки») [23]. В таких сообществах становится возможной десоциализация [3], а отношения с другими людьми характеризуются тем, что Януш Леон Вишневский назвал одиночеством в Сети.

Итак, проведенный нами анализ исследований духовной жизни современного человека показал, что для обоих поколений молодежи характерен низкий уровень укорененности смысла в бытии, как называл это явление В.П. Зинченко. В этой ситуации иллюзорная легкость бытия современного человека только усугубляет для него проблему его собственного существования [20]. Поэтому трагические события современности являются не только моментом истории, в котором поиск смысла существования становится предельно актуальным. Исследования переживаний, вызванных ими, позволяют уточнить клинико-психологическую картину проблем души современного человека, а также наметить необходимые пути и средства психологической помощи. Уместно вспомнить научное наследие Виктора Франкла, открывшего три «столбовые дороги к смыслу» (ценности переживания, ценности творчества и ценности личных установок). Благодаря смысловой насыщенности жизни и наличию в ней внятных целей человек, обладающий к тому же сформированной жизненной концепцией и твердыми убеждениями, имеет больше шансов справиться с тяжелой жизненной ситуацией, не «потонуть» в море житейских проблем от внезапного удара [25]. В то же время современная экзистенциальная психология и психотерапия с уверенностью утверждают, что фрустрация потребности в поиске жизненного смысла, обострившаяся в связи

с невозможностью современного человека принять вызов неопределенности, становится причиной ноогенного невроза [14; 25; 36].

Отвергаемые и подавляемые тревоги и страх испытать страдания усиливают ноогенный невроз. Убежденность относительно собственной жизни о том, что «у меня всё ок!», исключая мысли о возможной душевной боли, широко распространена как форма психологической защиты. В связи с этим современная психотерапия подчеркивает необходимость «отключения» ноогенного невроза от подпитки подавленными страхами испытать страдания. Характерно, что представители современной экзистенциальной и гуманистической психологии и психотерапии, а также лидеры второй волны позитивной психологии подчеркивают созидательную роль страданий как возможностей личностного роста [32; 36]. Когда наш современник в нынешний момент, который вполне можно назвать моментом экзистенциального экстремума, переживает состояние неопределенности перед лицом настоящего и будущего, ощущение потери идентичности и автономии, велика потребность в психологических практиках, позволяющих трансформировать хаос в структуру. В такой ситуации, как показывают современные исследования [26; 30], многие люди реализуют переживание как деятельность по преодолению трудной ситуации (т.е. в значении, предложенном в работах Ф.Е. Василюка), помогая другим справиться с трудностями, оказывая им поддержку, проявляя деятельное сострадание. Именно сейчас в обществе велика потребность в деятельном сочувствии к другому. Внутренние преграды, препятствующие проявлению такого отношения к другому, могут быть осознаны за счет проработки переживаний встречи с искусством, поскольку множество экзистенциальных жизненных вызовов и ресурсов их преодоления отображены в искусстве и могут быть осмыслены через художественные образы [9–13].

Для осознания вызова, с которым столкнулись практическая психология и психотерапия, а также для проработки внутренних преград на пути собственного личностного роста и оказания помощи другим людям желательным применением метафоризации, которая, как показано в работах И.В. Вачкова, обладает большими возможностями использования в социально-психологических практиках [2]. Для этого обратимся к образам художественного кинематографа, которые, по утверждению Ж. Делеза, становятся образами внутреннего мира человека, порождая специфический тип восприятия, захватывающий повседневность и формирующий новые субъектные качества человека [6]. Нельзя не согласиться с Ж. Делезом в том, что мы представляем свою жизнь по законам кино и даже книги читаем по этим законам [7].

Произведением, в котором заключена метафора потребности в психологической (и не только) помощи и неспособности к ее оказанию, является фильм В. Хотиненко «Зеркало для героя» (1987). Время создания фильма созвучно современности, поскольку в годы перестройки потребность в психологической помощи возникла у множества людей, хотя и по другим причинам. Главный герой этого фильма — Сергей — профессиональный психолог-лингвист, приезжает в шахтерский городок на Донбассе, чтобы уговорить пожилого отца переехать в Подмоскovie, поближе к нему, однако не обещает ему в связи с переездом ни более частых встреч, ни

большей душевной близости. Отец читает сыну написанную им повесть о борьбе рядового инженера за закрытие некоей ГЭС и невозможности добиться этого. Иными словами, отец совершает покаяние в форме творческого акта от лица целого поколения и, конечно, в этот момент остро нуждается в понимании и поддержке. Сергей пренебрежительно отзывается о труде своего отца. Чуть позднее он случайно знакомится с бывшим горным инженером Андреем, который получил тюремный срок из-за аварии на шахте, за безопасность которой отвечал, и недавно освобожден. Вместе они ненароком попадают в петлю времени, которая изо дня в день возвращает их на 38 лет назад в этот шахтерский городок 8 мая 1949 года. Сергей видит своего молодого отца, который мужественно борется за свои убеждения, даже не пытаясь избежать ареста. Он понимает, что никогда не интересовался тем, каким человеком был его отец, не был знаком с его системой ценностей, не знал, что отец был репрессирован за свои убеждения. Для него молодость отца сливалась в единое целое с послевоенным прошлым, от которого Сергей полностью отстранялся. В поисках выхода из петли времени Сергей уезжает на поезде и, долго пропутешествовав, возвращается с убеждением, что разорвать петлю можно только одним способом — ни во что не вмешиваясь.

В это время Андрей пытается закрыть шахту и предотвратить обвал, за который через много лет он получит срок. Каждый новый день Сергей бездействует и все более погружается в депрессию, вызванную переживанием беспомощности и бессилия что-либо изменить, а Андрей активно действует и взаимодействует с окружающими, пытаясь предотвратить неизбежное и изменить этих людей с позиций ценностей своего времени. И каждый новый день по петле времени возвращает одного из героев к отчаянию, другого — к страстному желанию действовать, стремясь избежать бессмысленной гибели людей. В конце фильма герои выпадают из петли времени так же неожиданно, как и попали в нее. Сергей возвращается к отцу: к возможности искупить свое холодное непонимание его одиночества и потребности в поддержке. Но у старого дома он видит самого себя или очень похожего на него человека, который, очевидно, никогда не покидал отца, не говорил ему резких и обидных слов, не лишал своего уважения и всегда был способен понять и прийти на помощь. Сергей смотрит на свое альтер эго, и печаль на его лице отражает понимание того, что в мире подлинных чувств, настоящих поступков, неподдельной ответственности за других людей ему места нет. Оставаясь во власти собственных мелочных амбиций, трусости, равнодушия, неготовности к поступку, он не находит себе места ни в чужом, ни в своем времени: рядом с постаревшим отцом занял место его истинный сын, готовый ответить благодарностью и реальной помощью за счастье родиться в семье мужественного, честного и негибаемого человека.

Отчаяние Сергея в конце фильма вызвано его невозможностью припасть к рукам отца и получить прощение, подобно блудному сыну, искупившему грех. Это означает, что петля времени, точнее, провал безвременья будет для него источником потери идентичности, оскудения чувств и неизбежного отчаяния. Его актуальное настоящее затерялось между отвергнутым прошлым и нереалистическим будущим, совершенное им путешествие по пространству прошлого привело его в исходную точку, а неспособность помочь другому человеку делает попытку Сергея спасти отца от ареста нелепой клоунадой. Герой, не

осознавший свою идентичность, не утвердивший ее в поступках, оказывается не способен на требующий внутренней честности и мужества рефлексивный подъем, который позволил бы занять позицию, из которой ценность другого человека становится не меньшей, чем ценность себя и своего Я. Такая рефлексивная позиция дает целостный взгляд, позволяющий понять другого человека и прийти ему на помощь. Такая позиция находится в согласии со словами митрополита Антония Сурожского: «Жив ты или мертв — не имеет значения. Важно — ради чего ты живешь и ради чего ты готов умереть» [1, с. 7].

«Зеркало для героя» допускает много вариантов толкования авторского замысла, гибкость и емкость которого свидетельствуют о потенциальной многозначности, полифонии смыслов, полисемии образной структуры фильма [8]. Фильм крайне актуален именно сегодня, хотя был создан больше трети века назад, поскольку проблема массовой потребности в психологической помощи и поддержке, с одной стороны, и внутренних препятствий для оказания ее близкому человеку — с другой, как показал проведенный нами теоретический анализ, крайне значима в наши дни. Главный герой, будучи кандидатом психологических наук, обнаружил полную неспособность к пониманию людей другого поколения и помощи им, как и себе самому. Его социальная ситуация развития (или, точнее, стагнации развития) имеет многие существенные признаки, характерные как для поколения Y, так и для поколения Z. Среди этих признаков выделяется эскапизм, проявляющийся то в теме его диссертации, полностью лишенной социальной значимости, то в импульсивной попытке уехать от тяжелой реальности. Эта особенность, очевидно, лишает его и опоры на себя, и способности к сочувствию другому человеку.

Заключение

Итак, теоретический анализ современных исследований позволил выявить существенные черты клинико-психологической картины трагических событий в сознании наших современников, а также глубже понять их потребности в психологической помощи. В системе переживаний современного человека на первый план вышли его незащищенность всеми благами цивилизации, отсутствие готовности к резким изменениям жизни и к утратам, низкий уровень толерантности к неопределенности и социального интереса на фоне гедонистических установок, сформированных современной массовой культурой. Трудно найти более емкую метафору противоречия между массовой потребностью в психологической поддержке, помощи и неготовности психолога оказать ее, чем фильм «Зеркало для героя». События современности прояснили значение поворота в развитии, пережитого современной позитивной психологией, которая перестает быть наукой о счастье и переходит к исследованию созидательного смысла страдания [32; 36]. Петля времени вывела нас сегодняшних к тому историческому моменту, когда для любого человека трудная жизненная ситуация содержит в себе возможность саморазвития, которая может быть реализована только через осознание внутренних преград на ее пути. Позитивное значение опыта, который нарабатывает в этих условиях психология, состоит в осмыслении преград на пути саморазвития современного человека в данной ситуации и возможностей их преодоления («переживания» по Ф.Е. Василюку).

Выводы

Анализ психологических исследований, проведенных в период пандемии COVID-19, в том числе в условиях самоизоляции, показал широкую распространенность тревоги и неуверенности, беспокойства за себя и близких, переживания ограниченности передвижений, обеспокоенность своим будущим и еще целый ряд негативных реакций на нынешнюю ситуацию. В клинико-психологической картине трагических событий современности эти переживания могут усугубляться гедонистическими установками, формируемыми современной массовой культурой, низкой толерантностью к неопределенности и широко распространенными, особенно у представителей поколений Y и Z, вариантами психологических защит (например, отрицанием своих проблем и уходом от их решения). Такое сочетание черт может вести к дисфункциональной центрации на себе, приводящей к снижению социального интереса и неспособности помочь не только окружающим людям, но и себе. Проработка негативных аспектов этой клинико-психологической картины возможна в том числе с использованием художественных образов, метафоризирующих как внутренние преграды на пути саморазвития в данной ситуации, так и возможности их преодоления.

Дальнейшие исследования в обозначенном нами проблемном поле должны восполнить знания о клинико-психологической картине переживания нашими современниками трагических событий, а также о готовности практических психологов прийти на помощь людям и содействовать им в осознании созидательного потенциала страдания и совладания с трудностями. Такое возможно лишь в том случае, если практический психолог сам осознает и принимает это, а также способен к сочувствию и состраданию другим людям.

Литература

1. *Антоний, митрополит Сурожский.* Ради чего. М.: Фонд «Духовное наследие митрополита Антония Сурожского», 2015. 24 с.
2. *Вачков И.В.* Метафора в социально-психологической практике // Социальная психология и общество: история и современность. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием памяти академика РАО А.В. Петровского (15-16 октября 2019 г.). М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2019. С. 117–119.
3. *Войскунский А.Е., Солдатова Г.У.* Эпидемия одиночества в цифровом обществе: хикикомори как культурно-психологический феномен // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Том 27. № 3. С. 22–43. DOI: 10.17759/cpp.2019270303
4. *Гаязова Л.А., Вихристюк О.В.* Особенности запросов на дистанционную психологическую помощь в период самоизоляции (COVID-19) // Вызовы пандемии COVID-19: психическое здоровье, дистанционное образование, интернет-безопасность: сб. материалов. Т. 1. / Под ред.: В.В. Рубцов, А.А. Марголис, И.В. Вачков и др. М.: Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2020. С. 403–419.

5. *Герасимова А.А.* Анализ обращаемости на телефон неотложной психологической помощи в период пандемии и до нее // Вызовы пандемии COVID-19: психическое здоровье, дистанционное образование, интернет-безопасность: сб. материалов. Т. 1. / Под ред.: В.В. Рубцов, А.А. Марголис, И.В. Вачков и др. М.: Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2020. С. 420–429.
6. *Делез Ж.* Логика смысла. М.: Академический проект, 2015. 472 с.
7. *Делез Ж.* Марсель Пруст и знаки. М.: Алетейя, 2014. 192 с.
8. *Дмитриева Н.А.* В поисках гармонии: Искусствоведческие работы разных лет. М.: Прогресс-Традиция, 2009. 520 с.
9. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* О значении искусства в контексте развития взрослого человека // Культурно-историческая психология. 2013. Том 9. № 3. С. 38–45.
10. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* Понятие встречи в психотерапии и психологии развития. // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Том 11. № 3. С. 105–116.
11. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* Культурно-психологические модели переживания личностью встречи с произведением искусства // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Том 25. № 2. С. 159–174. DOI: 10.17759/cpp.2017250210.
12. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* Психотерапевтическое значение катарсиса трагического // Консультативная психология и психотерапия. 2018. Том 26. № 1. С. 29–44. DOI: 10.17759/cpp.2018260103.
13. *Ермолаева М.В., Лубовский Д.В.* Виды катарсиса при восприятии произведений живописи // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 3. С. 125–132. DOI:10.17759/chp.2019150313.
14. *Леонтьев Д.А., Овчинникова Е.Ю., Рассказова Е.И. и др.* Психология выбора. М.: Смысл, 2015. 464 с.
15. *Мелюхин И.С.* Информационное общество: истоки, проблемы, тенденции развития. М.: Изд-во МГУ, 1999. 308 с.
16. *Моисеев Н.Н.* Универсум. Информация. Общество. М.: Устойчивый мир, 2001. 200 с.
17. *Петриков С.С., Холмогорова А.Б., Суроегина А.Ю. и др.* Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии COVID-19 // Вызовы пандемии COVID-19: психическое здоровье, дистанционное образование, интернет-безопасность: сб. материалов. Т. 1. / Под ред.: В.В. Рубцов, А.А. Марголис, И.В. Вачков и др. М.: Издательство ФГБОУ ВО МГППУ, 2020. С. 7–45.

18. *Сигнаевская О.Р.* Мир человека: смыслы и ценности эпохи постмодерна // Вестник Челябинского государственного университета. Философия. Социология. Культурология. 2012. № 4 (258). Вып. 23. С. 11–16.
19. *Франкл В.* Человек в поисках смысла: Пер. с англ. и нем. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
20. *Фромм Э.* Душа человека. Революция надежды: Пер. с англ. М. АСТ, 2016. 352 с.
21. *Фундаментальная социология: в 15 т. Т. 7: Человек. Индивид. Личность.* М.: ИНФРА-М, 2005. 960 с.
22. *Шнейдер Л.Б., Сургучева Н.В.* Эго-восприятие и танатос-центрация как источники суицида в подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. 2019. Том 8. № 1. С. 189–214. DOI: 10.17759/psycljn.2019080112
23. *Чикер В.А., Свирихина Д.А.* Социально-психологические особенности женщин, состоящих в антифеминистских интернет-сообществах // Социальная психология и общество. 2019. Том. 10. № 4. С. 143–159. DOI: 10.17759/sps.2019100410
24. *Шнирельман В.А.* Постмодернизм и исторические мифы в современной России // Вестник Омского университета. 1998. № 1. С. 15–28.
25. *Ялом И.* Экзистенциальная психотерапия. Экзистенциальная психотерапия: Пер. с англ. Т.С. Драбкина. М.: Класс, 2014. 574 с.
26. *Adams W.W.* COVID-19's fierce subversion of our supposed separateness: Cultivating life with and for all others // Journal of Humanistic Psychology. 2020. Vol. 60. № 5. P. 690–701. DOI: 10.1177/0022167820938910
27. *Blustein D.L., Guarino P.A.* Work and unemployment in the time of COVID-19: The Existential experience of loss and fear // Journal of Humanistic Psychology. 2020. Vol. 60. № 5. P. 702–709. DOI: 10.1177/0022167820934229
28. *Calder A.J., Novak L.F., Lane A.* We're all going crazy now: How the COVID-19 pandemic can promote more compassionate clinical perspective // Journal of Humanistic Psychology. 2020. Vol. 60. № 5. P. 639–646. DOI: 10.1177/002216782093861529.
29. *Cheng M.* 8 Characteristics of millennials that support sustainable development goals (SDGs) [Электронный ресурс]. 2019. URL: <https://www.forbes.com/sites/margueritacheng/2019/06/19/8-characteristics-of-millennials-that-support-sustainable-development-goals-sdgs/#618ea7b029b7> (дата обращения: 25.03.2021).
30. *Cheuk-Man Li A.* Living through COVID-19: A perspective from Hong Kong // Journal of Humanistic Psychology. 2020. Vol. 60. № 5. P. 672–681. DOI: 10.1177/0022167820938487
31. *Kim G.S., Shah T.N.* When perceptions are fragile but also enduring: An Asian American Reflection on COVID-19 // Journal of Humanistic Psychology. 2020. Vol. 60. № 5. P. 604–610. DOI: 10.1177/0022167820937485

32. *Ling Lee G.* The quest for meaning in life in six patients living with advanced cancer: A qualitative longitudinal study // *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue.* 2016. P. 1–13.

33. *Luigi-Hernández J.G., Rivera-Amador A.I.* Reconceptualizing social distancing: Teletherapy and social inequality during the COVID-19 and loneliness pandemics // *Journal of Humanistic Psychology.* 2020. Vol. 60. № 5. P. 672–681. DOI: 10.1177/0022167820937503

34. *Russo-Netzer P.* Healing the divide through wholeness: Holding on to what makes us human // *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue.* 2016. P. 1–17.

35. *Serena J.* Personality traits of a gen Z you can probably relate to [Электронный ресурс]. 2018. URL: <https://educadvisor.my/articles/personality-traits-of-a-gen-z-you-can-probably-relate-to/> (дата обращения: 10.01.2021).

36. *Wong P.T.P.* Editorial: New Vistas for Second Wave Positive Psychology // *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue.* 2016. P. 1–4.

References

1. Antonii, mitropolit Surozhskii. Radi chego? [For what?]. Moscow: "Dukhovnoe nasledie mitropolita Antoniya Surozhskogo" Foundation Publ., 2015. 24 p. (In Russ.).

2. Vachkov I.V. Metafora v sotsial'no-psikhologicheskoi praktike [Metaphor in socio-psychological practice]. In *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo: istoriya i sovremennost'. Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem pamyati akademika RAO A.V. Petrovskogo=Social Psychology and Society: History and Modernity. Materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation in Memory of Academician A.V. Petrovsky*, 2019, pp. 117–119. (In Russ.).

3. Voiskunskii A.E., Soldatova G.U. Epidemiya odinochestva v tsifrovom obshchestve: khikikomori kak kul'turno-psikhologicheskii fenomen [The epidemic of loneliness in a digital society: hikikomori as a cultural and psychological phenomenon]. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya=Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2019, vol. 27, no. 3, pp. 22–43. DOI: 10.17759/cpp.2019270303 (In Russ., abstr. in Engl.).

4. Gayazova L.A., Vikhristyuk O.V. Osobennosti zaprosov na distantsionnyu psikhologicheskuyu pomoshch' v period samoizolyatsii (COVID-19) [Features of requests for remote psychological assistance during self-isolation (COVID-19)]. In V.V. Rubtsov et al. (eds.), *Vyzovy pandemii COVID-19: psikhicheskoe zdorov'e, distantsionnoe obrazovanie, internet-bezopasnost'. Sbornik materialov, tom 1=Challenges of the COVID-19 pandemic: mental health, distance education, Internet security: collection of materials, vol. 1.* Moscow: Publ. of MSUPE, 2020, pp. 403–419. (In Russ., abstr. in Engl.).

5. Gerasimova A.A. Analiz obrashchaemosti na telefon neotlozhnoi psikhologicheskoi pomoshchi v period pandemii i do nee [Analysis of the number of calls to the psychological

emergency telephone during the pandemic and before it]. In V.V. Rubtsov et al. (eds.), *Vyzovy pandemii COVID-19: psikhicheskoe zdorov'e, distantcionnoe obrazovanie, internet-bezopasnost'. Sbornik materialov, tom 1=Challenges of the COVID-19 pandemic: mental health, distance education, Internet security: collection of materials, vol. 1*. Moscow: Publ. of MSUPE, 2020, pp. 420–429. (In Russ.).

6. Delez Zh. Logika smysla [Logic of meaning]. Moscow: Akademicheskii proekt, 2015. 472 p. (In Russ.).

7. Delez Zh. Marsel' Prust i znaki [Marcel Proust and the signs]. Moscow: Aleteiya, 2014. 192 p. (In Russ.).

8. Dmitrieva N.A. V poiskakh garmonii: Iskusstvovedcheskie raboty raznykh let [In search of harmony: art Criticism works from different years]. Moscow: Progress-Traditsiya, 2009. 520 p. (In Russ.).

9. Ermolaeva M.V., Lubovskii D.V. O znachenii iskusstva v kontekste razvitiya vzroslogo cheloveka [On the meaning of art in the context of adult development] *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya=Cultural-Historical Psychology*, 2013, no. 3. pp. 38–46. (In Russ., abstr. in Engl.).

10. Ermolaeva M.V., Lubovskii D.V. Ponyatie vstrechi v psikhoterapii i psikhologii razvitiya [The concept of encounter in psychotherapy and developmental psychology] *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya=Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2015, no. 3, pp. 105–116. (In Russ., abstr. in Engl.).

11. Ermolaeva M.V., Lubovskii D.V. Kul'turno-psikhologicheskie modeli perezhivaniya lichnost'yu vstrechi s proizvedeniem iskusstva [Cultural and psychological models of personal experience of encounter with an artwork] *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya=Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2017, no. 2, pp. 159–174. DOI: 10.17759/cpp.2017250210 (In Russ., abstr. in Engl.).

12. Ermolaeva M.V., Lubovsky D.V. The Psychotherapeutic Value of Tragic Catharsis. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya=Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2018, vol. 26, no. 1, pp. 29–44. DOI: 10.17759/cpp.2018260103. (In Russ., abstr. in Engl.).

13. Yermolayeva M.V., Lubovsky D.V. Types of Catharsis in the Perception of Paintings. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya=Cultural-Historical Psychology*, 2019, vol. 15, no. 3, pp. 125–132. (In Russ., abstr. in Engl.). DOI: 10.17759/chp.201915031 (In Russ., abstr. in Engl.).

14. Leont'ev D.A., Ovchinnikova E.Yu., Rasskazova E.I. et al. Psikhologiya vybora [Psychology of Choice]. Moscow: Smysl, 2015. 464 p. (In Russ.).

15. Melyukhin I.S. Informatsionnoe obshchestvo: istoki, problemy, tendentsii razvitiya [Information society: origins, problems, development trends]. Moscow: publ. of MSU, 1999. 308 p. (In Russ.).

16. Moiseev N.N. Universum. Informatsiya. Obshchestvo [Universe. Information. Society]. Moscow: Ustoichivyi mir, 2001. 200 p. (In Russ.).

17. Petrikov S.S., Kholmogorova A.B., Suroegina A.Yu. et al. Professional'noe vygoranie, simptomsy emotsional'nogo neblagopoluchiya i distressa u meditsinskikh rabotnikov vo vremya epidemii COVID-19 [Professional burnout, symptoms of emotional distress and distress in healthcare workers during the COVID-19 epidemic]. In V.V. Rubtsov et al (eds.), *Vyzovy pandemii COVID-19: psikhicheskoe zdorov'e, distantsionnoe obrazovanie, internet-bezopasnost'. Sbornik materialov, tom 1=Challenges of the COVID-19 pandemic: mental health, distance education, Internet security: collection of materials, vol. 1*. Moscow: Publ. of MSUPE, 2020, pp. 7–45. (In Russ., abstr. in Engl.).
18. Signaevskaya O.R. Mir cheloveka: smysly i tsennosti epokhi postmoderna [World of man: meanings and values of the postmodern era]. *Vestnik Chelyabinskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiya. Sotsiologiya. Kul'turologiya=Bulletin of the Chelyabinsk state University. Philosophy. Sociology. Culturology*, 2012, no. 4 (258), issue 23, pp. 11–16. (In Russ.).
19. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla [Man in search of meaning]. Moscow: Progress, 1990. 368 p. (In Russ.).
20. Fromm E. Dusha cheloveka. Revolyutsiya nadezhdy [Soul of man. Revolution of hope]. Moscow: AST, 2016. 352 p. (In Russ.).
21. Fundamental'naya sotsiologiya. Chelovek. Indiv. Lichnost' [Fundamental Sociology: Man. Individual. Personality], vol. 7. Moscow: INFRA-M, 2005. 960 p. (In Russ.).
22. Chiker V.A., Svirikhina D.A. Sotsial'no-psikhologicheskie osobennosti zhenshin, sostoyashchikh v antifeministskikh internet-soobshchestvakh [Socio-psychological characteristics of women in anti-feminist online communities]. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo=Social Psychology and Society*, 2019, vol. 10, no. 4, pp. 143–159. DOI: 10.17759/sps.2019100410 (In Russ., abstr. in Engl.)
23. Shneyder L.B., Surgucheva N.V. Ego-voSPriyatie i tanatos-tsentratsiya kak istochniki suitsida v podrostkovom vozraste [Ego-perception and thanatos-centration as sources of suicide in adolescence]. *Klinicheskaya i spetsial'naya psikhologiya=Clinical Psychology and Special Education*, 2019, vol. 8, no. 1, pp. 189–214. DOI: 10.17759/psycljn.2019080112 (In Russ., abstr. In Engl.).
24. Shnirel'man V.A. Postmodernizm i istoricheskie mify v sovremennoi Rossii [Postmodernism and historical myths in modern Russia]. *Vestnik Omskogo universiteta=Bulletin of Omsk University*, 1998, no. 1, pp. 15–28. (In Russ.).
25. Yalom I. Ekzistentsial'naya psikhoterapiya [Existential psychotherapy]. Moscow: Klass, 2014. 574 p. (In Russ.).
26. Adams W.W. COVID-19's fierce subversion of our supposed separateness: Cultivating life with and for all others. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 690–701. DOI: 10.1177/0022167820938910
27. Blustein D.L., Guarino P.A. Work and unemployment in the time of COVID-19: The existential experience of loss and fear. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 702–709. DOI: 10.1177/0022167820934229

28. Calder A.J., Novak L.F., Lane A. We're all going crazy now: How the COVID-19 pandemic can promote more compassionate clinical perspective. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 639–646. DOI: 10.1177/002216782093861529.
29. Cheng M. 8 characteristics of millennials that support Sustainable Development Goals (SDGs). 2019. URL: <https://www.forbes.com/sites/margueritacheng/2019/06/19/8-characteristics-of-millennials-that-support-sustainable-development-goals-sdgs/#618ea7b029b7> (Assessed 10.01.2021).
30. Cheuk-Man Li A. Living through COVID-19: A perspective from Hong Kong. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 672–681. DOI: 10.1177/0022167820938487
31. Kim G.S., Shah T.N. When perceptions are fragile but also enduring: An Asian American reflection on COVID-19. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 604–610. DOI: 10.1177/002216782093748532.
32. Ling Lee G. The quest for meaning in life in six patients living with advanced cancer: A qualitative longitudinal study. In *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue*. 2016, pp. 1–13.
33. Luigi-Hernández J.G., Rivera-Amador A.I. Reconceptualizing social distancing: Teletherapy and social inequality during the COVID-19 and loneliness pandemics. *Journal of Humanistic Psychology*, 2020, vol. 60, no. 5, pp. 672–681. DOI: 10.1177/0022167820937503
34. Russo-Netzer P. Healing the divide through wholeness: Holding on to what makes us human. In *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue*, 2016, pp. 1–17.
35. Serena J. Personality traits of a gen Z you can probably relate to. 2018. URL: <https://educadvisor.my/articles/personality-traits-of-a-gen-z-you-can-probably-relate-to/> (Assessed 10.01.2021).
36. Wong P.T.P. Editorial: New Vistas for Second Wave Positive Psychology. In *International Journal of Existential Psychology & Psychotherapy. Proceedings of the 2016 Meaning Conference. Special Issue*, 2016, pp. 1–4.

Информация об авторах

Ермолаева Марина Валерьевна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры ЮНЕСКО «Культурно-историческая психология детства», ФГБОУ ВО МГППУ, г. Москва, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1645-5136>, e-mail: mar-erm@mail.ru

Лубовский Дмитрий Владимирович, кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры педагогической психологии им. профессора В.А. Гуружапова, факультет психологии образования, ФГБОУ ВО МГППУ, г. Москва, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7392-4667>, e-mail: lubovsky@yandex.ru

Ермолаева М.В., Лубовский Д.В. Экзистенциальные основания клинико-психологической картины трагедии нашего времени
Клиническая и специальная психология
2021. Том 10. № 1. С. 132–149.

Ermolaeva M.V., Lubovsky D.V. Existential Foundations of the Clinical and Psychological Picture of Our Time Tragedy
Clinical Psychology and Special Education
2021, vol. 10, no. 1, pp. 132–149.

Information about the authors

Marina V. Ermolaeva, Dr. Sc. (Psychology), Professor, Professor of the UNESCO Department “Cultural and historical psychology of childhood”, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1645-5136>, e-mail: mar-erm@mail.ru

Dmitry V. Lubovsky, Ph.D. (Psychology), Professor of the Educational Psychology Department named after prof. V.A. Guruzhapov, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7392-4667>, e-mail: lubovsky@yandex.ru

Получена: 14.09.2020

Received: 14.09.2020

Принята в печать: 05.03.2021

Accepted: 05.03.2021