

ВРЕМЯ ПОСЛЕ ТРАГЕДИИ К СОБЫТИЯМ В БЕСЛАНЕ

На нижеследующих страницах редакция МПЖ возвращает читателя к сентябрьской трагедии в Беслане. Потрясение тех дней так живо еще в памяти, что нет нужды воспроизводить внешнюю ткань событий... Сразу же после освобождения заложников в Беслан на добровольных началах поехали работать московские психологи и психотерапевты. Мы воспользовались страницей сайта Общества семейных психотерапевтов и консультантов, где члены этого общества Анна Варга и Екатерина Жорняк делятся своими первыми впечатлениями о поездке и рассказывают о проделанной работе. Их рассказ построен, что называется, по горячим следам и содержит совсем свежие, еще не «отлежавшиеся» впечатления. Тем не менее, в нем уже обозначены проблемы, которые сегодня стали и предметом направленной психотерапевтической работы, и основой новых исследований. Это, прежде всего, влияние культуральных стереотипов на способы переживания травмы; разрыв и сужение временной перспективы у жертв трагедии; отторжение детьми школы как главной «причины» происшедшего; так называемые «круги травмы» и, наконец, те специфические «выходы», которые спонтанно находит травма, стремясь к своему разрешению.*

***Анна Варга:** Мы, Екатерина Жорняк и Анна Варга, работали в Беслане в городской больнице в конце сентября по начало октября. Мы поехали туда на смену Вере Бروفман и Татьяне Лаврентьевой¹. Просто так, в качестве частных лиц, в Беслан в то время невозможно было*

* www.supporter.ru. **Варга Анна Яковлевна** – старший научный сотрудник РЦПЗ Минздрава России, председатель правления ОСПиК, зав. кафедрой системной семейной психотерапии Института практической психологии и психоанализа. **Жорняк Екатерина Сергеевна** – системный семейный психотерапевт, член правления ОСПиК, сотрудник кафедры системной семейной психотерапии ИППиП.

¹ Бروفман Вера Владимировна – кандидат психологических наук, старший научный сотрудник Института развития дошкольного образования РАО; Лаврентьева Татьяна Владимировна – кандидат психологических наук, МГППУ.

попасть, – ехали мы как бы от ГНЦ (Государственный научный центр социальной и судебной психиатрии) им. Сербского. Конкретно: Центр им. Сербского заказывал авиабилеты, и только в этом случае их продавали, а также он организовывал встречу в аэропорту Владикавказа и доставку на место, т.е. в больницу Беслана. ГНЦ им. Сербского был и, видимо, остается той организацией, которая уполномочена некими, не известными нам госструктурами осуществлять психолого-психиатрическую помощь жителям Беслана.

Сотрудники Центра и люди, получившие от него «добро», вроде нас, жили в больнице, в палатах, и работали там же. Нам были предоставлены для работы две игровые комнаты, которые организовала больница, а всем содержимым наполнили Ал.Венгер² и Е.Морозова. Они приехали в Беслан первыми из детских психологов и все там устроили. Мы уже работали в прекрасно оборудованных игровых комнатах, где имелось все необходимое для игровой психотерапии.

За помощью обращались те дети и взрослые, которые, во-первых, могли выходить из дома, а, во-вторых, были осведомлены о существовании такой возможности. Посттравматическое стрессовое расстройство наблюдалось поголовно у всех жителей этого города, независимо от того, был ли ребенок и его родственники в заложниках или нет. Поэтому мы работали с каждым человеком, который был готов с нами взаимодействовать. Было много добровольцев и местных психологов, врачей и учителей, которые работали с нами, а заодно и учились у нас тому, чего не знали или не умели. Общение с ними было очень приятным и полезным.

Рабочий день начинался часов в 9 утра и заканчивался часов в 9 вечера. Обычно я (А.Варга) работала со взрослыми, и организовывала свободную игру, а Катя в другой комнате брала детей по очереди на индивидуальную игровую терапию. Кроме того, те местные коллеги, которых обучила Вера Брофман, занимались с детьми рисуночной терапией. Таким образом, в большой «игровой» все время находилось человек 15-20 детей, 5-6 взрослых и несколько мам. Вечером подъезжали преподаватели из Владикавказа, и мы читали лекции. Наши впечатления от работы мы подытоживали на обратном пути, в самолете.

Все имена в описании случаев изменены.

² Венгер Александр Леонидович – доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник МГППУ, доцент Российской медицинской академии последиplomного образования (кафедра детской и подростковой психиатрии, психотерапии и медицинской психологии).

Е.Жорняк: Первое, что бросается в глаза, когда узнаешь истории пришедших к нам детей, это то, что состояние непосредственных участников трагедии *на вид* намного лучше, чем тех, кто оказался в них вовлеченным косвенным образом. Кто-то успел убежать с «линейки», или был родственником пострадавших, слышал рассказы из чужих уст, видел случившееся по телевизору и т.п... В данном случае могут играть роль два фактора: во-первых, у детей, менее пострадавших, – реакции проще, они видней; во-вторых, серьезно пострадавшие дети, в семьях которых много потерь, находятся под влиянием своего ближайшего окружения, которое способствует тому, чтобы они «замораживали» свои чувства и реакции. То есть, выяснилось, что наиболее распространенная здесь форма заботы старших о пострадавших детях – это открытое послание: «забудь все, что произошло, не думай об этом». Дети часто говорили об этих советах взрослых, некоторые совершенно прямо спрашивали, как конкретно это можно сделать, потому что у них не получается. Кроме того, детей часто не берут на похороны, тем самым лишая их того единственного места, где проявление горя поощряется. Их отправляют из города куда-нибудь подальше, отрывая, таким образом, от общего, идущего своим чередом процесса совладания с горем и стрессом. У них родители потеряли других детей и в горе не могут поддержать оставшихся, и эти оставшиеся часто чувствуют, что это как раз они должны поддержать своих родителей, и пр.

Словом, дети, которые не побывали в заложниках, и у кого в семьях нет непосредственного траура по погибшим, как видно, находятся в среде, в меньшей степени «замораживающей» проявления их эмоций и переживаний. Дети же, имеющие серьезные основания для *ПТСР* и горевания, на первый взгляд, не демонстрируют особых симптомов и вообще выглядят радостными и довольными (правда, трудно, конечно, заметить, что эта радость сродни ажитации, – они ни на секунду не останавливаются, смеются очень громко и пр.). Иначе говоря, у этих детей меньше внешних проявлений *ПТСР*. За счет такого «замораживания» их реальное состояние, как потом выясняется, конечно же, значительно хуже. Те, кто менее участвовал в самих событиях, – откровенно расстроены, много говорят, могут плакать или злиться и т.д. Что же касается тех, кто был их непосредственным участником, очень часто дело обстоит так: чем хуже и чем страшнее их истории, тем веселее, благополучнее и «здоровее» они *на вид*, – весело играют, мало говорят, очень много смеются и постоянно себя чем-то занимают.

Потом, во время индивидуальных занятий на фоне недирективной игровой терапии, дети садятся, успокаиваются, некоторым удается расслабиться. И постепенно начинаются проявления различных негативных эмоций – плохого настроения, подавленности, печали и пр. А когда они

начинают рассказывать о событиях (каждый в своем темпе – кто на десятой минуте, а кто-то на третий день), то голос у них часто меняется, они говорят громко, быстро, не делая пауз, глотая слова в состоянии общего возбуждения.

А.Варга: Такое возбуждение типично для клиники острого горя. А что касается вот этого «не думай, забудь», то это родительское послание, с которым Вы, возможно, вступаете в противоречие. Когда вы говорите детям, что забыть невозможно, возникает конфликт с родительским посланием, быть может, даже с культурой...

Е.Жорняк: По технологии я не говорю им от себя, что невозможно забыть, я отражаю. И здесь просто интонация – спокойная, нейтральная, принимающая и понимающая – играет наибольшую роль. Ребенок говорит «Я не могу забыть», и я спокойно и понимающе, но не утверждающе-суггестивно, повторяю: «Ты не можешь забыть». Кроме того, некая стратегическая беседа получается за счет того, что из всего массива, о чем говорят дети, я что-то отражаю, а что-то нет, что-то, отражая, переформулирую. Но так, чтобы это не выглядело таким образом, как будто я, действительно, от себя привношу какие-то идеи.

Еще один общий момент состоит в том, что все общество поделено на «участников» и «не участников». Первые выделены в отдельную группу, ее особенность поддерживается всем обществом, и члены группы, таким образом, оказываются в своего рода «ловушке». Они должны соответствовать статусу и образу непосредственного участника произошедшей трагедии. Я хочу сказать, что они активно помещаются в позицию жертвы, и, таким образом, преодоление этой позиции усложняется в два раза. Это уже не только собственные усилия, но и противостояние навязыванию роли, которая весьма однозначно и подавляющим большинством им предлагается. Первое, что взрослые и дети Беслана сейчас выясняют между собой, это кто и на какой близости от события находился и продолжает находиться. По сути говоря, люди автоматически выделяют эту информацию как самую важную для правильного построения коммуникации. Дети, которые в момент захвата заложников оказались на периферии событий, чувствуют себя даже как-то неудобно, в целом им неловко. Получается, что с ними что-то «недостаточно так», как должно было бы быть. И они за это словно извиняются, ведут себя скромно, меньше просят помощи и не претендуют на внимание, как бы выталкивая вперед тех, кто, с их точки зрения, больше пострадал. У взрослых – практически то же самое, когда они идут по этим бесконечным инстанциям, просить компенсацию и статус пострадавших.

У меня были случаи, когда родители рассказывали: оттого, что у них никто не погиб, хотя они и были непосредственными участниками траге-

дии, о чем говорят ожоги, ранения осколочные и пр. (но все это кажется мелочью, по сравнению с потерей ребенка, а подчас всех детей), то им компенсацию эту получать, вроде, неловко. И особо переживать тоже, вроде, неловко. Когда рядом такое страшное горе, им, вроде бы, надо радоваться. А «радоваться» не получается, – все валится из рук, преследуют кошмары, *flashbacks* (англ. – *короткий «обратный кадр», «обратная вспышка»*) и пр. И они говорят о себе со смущением, именно в том смысле, что у них-то нет оснований так «расклеиваться», а ничего поделать с собой не могут. Одна женщина, говоря об этом, задирала юбку, чтобы показать свои шрамы, – видя меня первые десять минут в жизни.

А.Варга: Это распространенный симптом – «вина выжившего».

Е.Жорняк: Особенно он присущ семьям, где много потерь.

А.Варга: Да, и, видимо, в обществе он тоже дает о себе знать.

Е.Жорняк: Да. Сюда подходит история Тани. Девочка была в заложниках вместе с мамой, братом и сестрой. И ее воспоминания выглядят следующим образом: в какой-то момент они в числе других людей оказались в столовой, террористов рядом не было, ее мама попросила физрука этой школы, находившегося там же, попробовать раздвинуть железные решетки на окне. На одном из окон это удалось. Пожилая школьная уборщица предложила: «Давайте я первой спрыгну, если не пристрелят, то тоже прыгайте». Она благополучно выпрыгнула, следующей выкинули эту Таню, а потом случилось так, что мама вместе с ней оказалась на улице, а брат с сестрой остались в школе – и погибли. И у девочки – непонимание, каким образом мама осталась жива, а брат и сестра погибли (на самом деле, как только Таню выкинули, тут как раз и произошел взрыв, и дети погибли от взрыва, а мать чудом осталась жива и, выбравшись из школы, нашла Таню, – это известно от мамы). Видимо, голова ребенка не в состоянии переварить эту ситуацию, – ему в обществе долго рассказывали, что мать по природе своей всегда защитит собственного ребенка и, если надо, отдаст за него жизнь. Таня об этом своем непонимании говорит косвенно, но достаточно ясно. При этом, сама тема, конечно, воспринимается как запретная: Тане нельзя думать, что мама предала своих детей. И в тоже время нельзя думать, что все нормально, если мама жива, а дети погибли, еще и потому, что тогда она оказывается в небезопасности на будущее.

Переживаемый конфликт выражается в снах. В одном из них погибшая сестра встает из могилы, каким-то образом в этом ей помогает отец, сначала она сама встает, а потом он помогает ее отрывать, и вот выясняется, что она жива, и произошла ошибка – вместо нее там должна быть мама. И Таня сначала в недоумении спрашивает сестру: «Как же ты жива?». И в то же мгновение понимает, что все правильно: «Сестра дей-

ствительно жива, а мама умерла». Кстати, у этой девочки, практически, единственной из всех, присутствует хорошо выраженная, сформулированная агрессия, направленная на террористов. Она открыто и так энергично, из активной позиции, говорит о том, как хорошо, что их всех убили. И сцена гибели одного из террористов, которую девочка, с ее слов, наблюдала (видела, как он «подорвался»), – это для нее позитивное ресурсное воспоминание. Хотя, конечно, это воспоминание может быть и фантазией, что, в общем, в данном контексте не очень существенно.

Вообще *flashbacks* есть у всех детей, прямых участников трагедии. Между собой они информацией обмениваются плохо. Почти не говорят. Иногда кто-то из детей начинает разговор, и тогда довольно коротко, с опущенными глазами, бормоча, остальные выясняют, кто где был, но случается и так, что инициатива одного остается без ответа, как бы игнорируется. Я спросила у детей, почему не говорят друг с другом, выяснилось, что менее пострадавшие не хотят травмировать разговорами более пострадавших, а, напротив, встречают радостными лицами и занимают веселыми играми, чтобы, как учат старшие, лишний раз их не огорчать и не дать им вспоминать пережитое. И, как мы уже обсуждали, эти объективно наиболее травмированные дети в очередной раз оказываются в замкнутом круге веселья. Вместе с тем, известно, что дома дети плачут, это никак не возбраняется, по крайней мере, применительно к девочкам. С мальчиками сложнее: им все-таки часто говорят, что мальчики не плачут. И все же дома они тоже плачут, как и девочки, только непонятно, насколько при этом поощряется, чтобы они, например, говорили о причине своих слез, и что вообще делают родители при этом.

Еще несколько общих наблюдений. Первые два дня у большинства детей, которые постоянно ходили в «игровую» (то есть ежедневно я и видела их, и работала с ними), так же как и у родителей, картина будущего не протраивалась – все заканчивалось похоронами и поездкой в Сочи (в Артек и пр., куда их должны были послать), далее – неизвестность. Но вот уже вчера все, кроме одной девочки, вполне прорисовали свое будущее. Причем, там даже, наконец, появилась учеба. Существуют два пункта будущего, с которыми связаны наибольшие сомнения. Во-первых, детям в ближайшем будущем не хочется ничего, что так или иначе связано со школой, и надо надеяться, что со временем эта общая негативная ассоциация со школой не начнет использоваться как вторичная выгода. Во-вторых, все дети не уверены, что хотят иметь свою семью, даже и в отдаленном будущем, – даже шестилетки поясняют открыто: «зачем ее заводить, если в один день всех можно потерять?». Света, которая была в заложниках и потеряла трех сестер и брата, стала единственным ребенком в семье. Когда я спросила ее о картине «абсолютного счастья» в будущем, она сказала:

«Иду я с утра в школу, подхожу к ней, а школы вообще нет». То есть «нет» как «не было». Идея здесь такова, что если бы никакой школы в принципе не было, то все было бы чудесно: никакого «захвата»!

Естественно, дети находятся на той стадии, когда мысли о том, как все можно было бы исправить, находятся в довольно активном состоянии. Многие все еще продолжают говорить о своих умерших родственниках в настоящем времени, потом осекаются, что более чем естественно, поскольку многих похорон так и не было. У Светы пристраивание будущего без сестер – особая задача, так как оно у нее, действительно, целиком было связано с ними: предполагался совместный бизнес, учеба, они уже копили деньги, собирались покупать корову, все было совершенно реально (об этом мне и мама ее говорила). Света – вторая сестра, она никогда не была единственным ребенком. И сейчас находится в совершенно новой для себя ситуации. Так вышло, что у нее и подружек не осталось, самые близкие подруги погибли тоже. То есть у нее распался весь социальный круг «равных других». Но все равно не далее как вчера она себе его заново как-то уже представила. То, как пойдет в школу, какие предметы ей нравились и снова будут интересовать, особенно в связи с планами на будущую профессию; как снова пойдет в «музыкалку», хотя заниматься музыкой ей не очень нравится, но школу лучше закончить, чтобы потом впечатлять народ; что продавцом она не хочет быть, а лучше попытается открыть свой магазин; как будет день устроен осенью, что будет делать на новый год, с кем может дружить (с теми, кто живет поближе и кто ходит в «игровую», например) и пр.

А.Варга: Мои наблюдения за взрослыми показывают, что наиболее сохранны те, кто активно действовал во время террористического акта. Например, почти не затронут психотравмой тот отец, который под дулом вместе с другими мужчинами должен был выкидывать трупы только что убитых, при этом было ясно, что он и его напарник будут следующими, как только закончат работу. Он выпрыгнул со второго этажа и сумел убежать. Его жену с двухлетней девочкой вместе с другими вывел Руслан Аушев, а бабушка со старшей дочкой-первоклассницей были в заложниках до самого конца. Бабушка погибла, заслонив собой внучку во время взрыва. Все заложники, с которыми я работала, в своих воспоминаниях останавливаются на моментах своего хорошего функционирования: как они смогли помочь собственным детям, рядом сидящим детям, другим взрослым. Это самые ресурсные воспоминания. Правда, и у этого почти сохранного отца есть идея, видимо культурно специфическая – что детям легче, если они забывают плохое и страшное. Своей старшей девочке он тоже говорит: «Забудь, не думай». У девочки полно вопросов, а родители на них не отве-

чают. Папа не отвечает, потому что он вернулся к своей работе, его просто нет дома, а мама, потому что она совершенно обессилена. И то, возвращаясь в памяти к тому, как она была в заложницах, она предпочитает вспоминать о том, как смогла уговорить, чтобы ее второму, двухлетнему, ребенку давали воду, сухое молоко... Короче говоря, выясняется, насколько важно помнить о том, что удалось как-то улучшить свое или чье-то положение, что-то сделать. Например, Танина мама рассказывает, что среди заложников какие-то женщины были уже «не в себе»: в то время как террористы приказывали сидеть, они начинали ходить, или в ответ на требование «сядь!» могли сесть, не глядя, на чужого ребенка, и пр. То есть много рассказов о том, что рядом были люди в худшем состоянии, неадекватные, а вот рассказчик, он всегда среди прочего рассказывает и про то, как он там был в более функциональном состоянии. И все же тяжелее всего приходится тем, кто сам остался жив, а их дети – умерли.

Е.Жорняк: У детей – то же самое. Им важно вспоминать, как они друг друга спасали. Это вполне реальные истории, подтвержденные другими: как делились водой, она там, действительно, была у многих, и даже еду добывали. И сейчас я среди них все это наблюдала, – эти дети в гораздо большей степени, чем обычная случайная группа детей того же возраста, отслеживают благополучие друг друга, причем такое физическое, витальное: всегда делятся любой едой, следят, чтобы у всех было поровну, чтобы все были напоены, накормлены, в тепле и пр. Мне кажется, это связано с их опытом.

Еще один момент: первое время было очевидно, что выжившие детиродственники постоянно стараются держать друг друга в поле зрения, и это менялось практически в течение одного-двух дней. По прошествии очень короткого времени дети начинали меньше беспокоиться друг о друге, проявлять больше автономии.

Надо заметить, что дети, объективно наиболее пострадавшие, попадают в исключительное положение, автоматически обретая более высокий статус среди других детей (подобный статусу больного ребенка в семье), в том числе и среди своих родственников, двоюродных братьев и сестер, с которыми обычно имеют тесные связи (часто даже живут практически в одном доме). Они, безусловно, чувствуют это свое особое положение, и часто начинают банально им пользоваться, чему родственники не знают, как противостоять. То есть что делать, когда «на шею садится» ребенок, только что потерявший своих родителей или полсемьи, а то и всю? Тут важно было поддержать опекунов или оставшихся родителей и объяснить им, что ребенку будет полезнее, и он почувствует себя в большей безопасности, если они установят для него обычные границы.

Все дети также чувствовали себя свободнее и играли интересней и вовлеченнее, если удавалось поощрить ребенка, «заботящегося» о пострадавшем, вести себя с ним более естественно (эти дети часто, независимо от возраста, оказывались в роли опекающих старших при «как бы» больном ребенке). Вообще неизвестно, как в отдаленном будущем скажется произошедшая сегодня со многими детьми резкая смена порядка рождения: средние стали старшими, младшие – единственными, и, конечно, меняется все семейное взаимодействие, многие выжившие дети резко становятся главными, – неожиданно и непривычно вся жизнь теперь завертелась вокруг них.

Еще «ресурсные» истории – про обычное будущее, мирное, которое наполнено обычными усилиями, направленными на то, чтобы обеспечить счастливую, мирную жизнь оставшимся детям. Например, один отец, у которого погиб единственный сын, получив компенсацию, отдал ее на строительство футбольного поля для детей. Вот такие истории, если их собрать, могут служить ресурсом для людей, чувствующих потерянность. В них не только говорится о нормальном будущем, но и о том, что можно и нужно сегодня делать, чтобы оно наступило. Создано много текстов про то, чего *не надо делать*, например, не развязывать войну. А вот что делать вместо этого, непонятно.

А.Вагга: Мы не видели взрослых, которые лишились всех своих детей, потому что, оказывается, они в это время были отправлены в Сочи. У многих мужчин-вдовцов основной вопрос к нам был: как сообщать о смерти матери ребенку. Вообще в культуре существует запрет на слезы у мужчин. Мальчикам с самого раннего детства говорят, что «мужчины не плачут». Поэтому в семье действует много ритуалов, которые не провоцируют чувства, а оставляют их в некотором таком изолированном состоянии. В семьях о том, что случилось, с детьми почти не говорят и, видимо, взрослые также между собой об этом не очень говорят. По этой причине отцы могут оказаться слабым и бедным психологическим ресурсом для своего ребенка, – тот не получает никакой информации о том, что папа переживает и что он справляется, и, значит, и ему (ребенку) тоже можно переживать.

У мужчин наблюдалась некоторая «замороженность» и заторможенность. Похороны, ритуал похорон – культурно санкционированное место и время для проявления страдания. Ритуал похорон там много больше напоминает митинг, чем в России. Старейшины берут слово, я уж не говорю про остальных. К нам приходил прекрасный, очень колоритный, огромного роста старик, отец нашей московской коллеги Аиды Саламовой. Решил нас подкормить, принес вкуснейших осетинских пирогов. Он рассказывал, что каждый день ходит и выступает на пяти-шести похоронах. Город небольшой, все друг друга знают, поэтому жизнь сопровождается ощуще-

нием одних бесконечно повторяющихся похорон. Город хоронит и хоронит своих детей, и это такое специальное действие, где чувствовать можно, а дома, видимо, нельзя. Поэтому, возвращаясь к отцам, приходилось как-то объяснять: для того, чтобы помочь ребенку пережить это горе, им надо самим как-то начать его переживать. Мужчины не умеют морально заботиться о себе. Максимум их заботы о себе заключается в том, что они пьют, потому что не могут спать. Есть специальная форма осетинского сочувствия, кто-то мне объяснял, – быть молча рядом. Женщины жаловались, что их мужья все время проводят в домах тех своих друзей, у которых случились потери, – то есть там образовалась такая молчаливая группа находящихся рядом. И если, например, это вдовец с дочкой, то не совсем понятно, как этот папа может быть психологической поддержкой дочке.

Взрослые имеют все признаки *ПТСР*. Легче обращаются за помощью не непосредственно пострадавшие, а свидетели, видимо, у них состояние легче и им легче прийти к помогающему специалисту. В обществе распространяются мифы, истории о событиях:

– много террористов не убито, им удалось уйти и скрыться. Пресса и официальные лица обманывают население, утверждая, что все террористы уничтожены. Женщина, проходившая в эти дни у меня психотерапию, рассказывала, что она видела чуть ли не 15 снайперов, которые торчали на крыше школы, – «все ушли невредимыми»;

– в школе кого-то пытали и кого-то насильовали. Я слышала от детского психиатра, которому, якобы, рассказывала гинеколог, осматривавшая девочек и утверждавшая, что многие изнасилованы. Рассказы про следы пыток и следы насилия я слышала также от некоего психиатра МВД. Не знаю, говорят ли об этом заложники, но люди «вокруг» об этом говорят, то есть такие мифы строятся, преимущественно, наблюдателями. В столичных масс-медиа про это не сообщалось;

– у заложников есть также рассказы о «добрых террористах» («стокгольмский синдром»).

Е.Жорняк: Да, Света, например, рассказывала, как после взрыва, в суматохе, она тащила свою раненую сестру, и террорист показал им, куда идти. Они направлялись в сторону, где стреляли, а он открыл им дверь в безопасное помещение, там они написали табличку: «Не стреляйте, здесь дети», приставили ее к окну, и военные их забрали. Другой девочке террорист, дежуривший рядом, давал воду, ей и группе людей. Еще одна девочка отмечала, что террорист «смотрел по-доброму» и «подпихивал» в их сторону еду.

А.Варга: Я уже упоминала, что у заложников бытуют рассказы о том, как другие были в плохом состоянии, полубезумном, рассказы про матерей, которые не заботились о своих детях, а ползали за террористами,

прося водички, или про женщин, которые вообще не понимали, что происходит, и, держа своего ребенка на руках, могли буквально сесть на других детей. Обычно рассказчик подчеркивает свою адекватность и функциональность по сравнению с некими «падшими духом». Если огрублять, то можно сказать, что у людей, которые были внутри, в заложниках, встречаются истории про то, какие они молодцы, или про то, какие террористы добрые. А у людей, которые снаружи, – истории про то, какие ужасы происходили с заложниками, и что опасность еще никуда не ушла и террористы бродят на свободе.

Е.Жорняк: Могу добавить, что сегодня и у тех, кто был внутри, мысль про то, что «что-то будет» по завершении траура, после сорокового дня, тоже звучит. Даже у маленьких детей. Сегодня девочка Маша, шести лет, у которой погибла мама, говорила мне, что вчера дядя в их доме говорил ее тете, что 13 октября начнется война, и что она, Маша, не хочет, чтобы террористы пришли снова. Многие усылают детей из города, и некоторые стараются уехать сами, но детей высылают раньше и одних. В целом, эффект от этих отъездов – неблагоприятный. Одна женщина, которая была в заложниках с сыном, оба выжили, сразу после освобождения уехала в Сочи. И рассказывала мне, что там все было «как в тумане», а сейчас, когда вернулась, переживания навалились с огромной силой. У нее – все симптомы острого ПТСР.

Кстати, они пришли с мужем и с сыном, оба родителя подошли ко мне и сказали, что очень волнуются, потому что сын молчит по поводу теракта, вообще на эту тему отказывается разговаривать. Мальчик это слышал. Когда мы с ним остались играть наедине, он помолчал, а потом сказал: «мне просто нужно время». Через пару минут он пособирал пазл и начал рассказывать. В какой-то момент неожиданно вошла мама, он сразу замолчал. Для того чтобы они могли разговаривать, я поработала с каждым из них по отдельности и вместе. Но вообще понятно, что чужому, непосредственно не включенному в события человеку рассказывать легче, потому что не нужно заботиться о том, как на него повлияют твои воспоминания, а на тебя – его. И, конечно, двое участников таких событий эмоционально очень не защищены во время совместных воспоминаний.

Те дети, которых планируют отправить в Артек одних, говорят, что не хотят ехать, что и понятно, разделение семей сейчас – дополнительная травма. Лучше всех чувствует себя девочка Зоя, 12 лет, которая была в заложниках все три дня: у нее никто не погиб и она едет в Артек со всей семьей, с родителями и братом. Детский психиатр, которая работает сейчас в Беслане, а была и в Буденновске, и в других аналогичных местах, говорила, что подобный опыт был и там: детей одних отправляли за границу, и они возвращались в очень плохом состоянии, с паническими атаками, острой-

шим ПТСР. Когда люди уезжают, происходит своего рода десинхронизация – они выпадают из контекста, в котором у других участников трагедии естественным образом протекают горе и травматический стресс: одно за другим следуют всякие события, общение, ритуалы, похороны – и вместе с ними наступают изменения. Уехавшие как бы замораживаются, а потом, когда они возвращаются, на них все рушится с утроенной силой.

Некоторые случаи

Случай 1

Е.Жорняк: Пришла женщина с двумя племянниками – 12-летней Светой и Петей 6-ти лет. Дети – двоюродные сестра и брат. История самая печальная: два брата жили практически одним домом, оба были женаты, семья очень верующая. В семье одного из братьев было пять детей, четверо девочек и сын, в семье другого – трое мальчиков. Все дети, кроме Пети, – школьного возраста, все пошли в школу, а вернулась только одна девочка из пяти детей в одной семье, вот эта Света, в другой – один мальчик погиб, второй – серьезно ранен, но выжил. Родители с выжившим мальчиком уехали в Америку делать операцию, до весны, и теперь в доме остались только родители Светы и двое детей.

В те дни, когда Света и Петя ходили к нам, семья еще ждала результатов опознания останков в Ростове, чтобы убедиться относительно двух девочек, что они действительно погибли, так как их тела не были найдены, и оставалась мысль о возможности «захвата». Это, кстати, еще один из «мифов». Сразу после террористического акта ходило много историй про то, что часть детей увели; и есть как будто бы даже получившая подтверждение история о том, что стояли «подложные машины», свои же осетинские, и когда детей выносили, некоторых увезли куда-то в горы, свои же, и требовали за них выкуп.

Вечером за Светой и Петей пришла мама Светы. Она много рассказывала о том, какими были дети, как она познакомилась с мужем, как рожала каждого, как те общались друг с другом. Единственное, что ее сейчас поддерживает, это Бог. И что в семье детям, тем, которых уже похоронили, всегда говорили «до встречи», а как жить, если приходится говорить «прощай», непонятно. (Примерно в тех же словах об этом говорили многие из тех, с кем мы встречались.) Удалось, правда, выяснить, что с мужем они тоже служат поддержкой друг для друга. Вспоминает утро первого сентября в деталях (это тоже у многих) – с идеей, можно ли было что-то изменить. Она не плачет, почти все время улыбается, в глазах нет боли, сама говорит, что чувств не допускает, – в один день потеряла четырех детей, если начнет горевать, не вынесет, а одна-то дочь осталась, значит, надо все вынести. Будущее ограничивается похоронами детей, останки которых идентифицируются в Ростове, – дальше ничего не видно.

Разговаривать со мной она начала сама, я просто слушала. Вопросы и комментарии были направлены на выявление того, что поддерживает, и построение связи между прошлым и будущим.

Дети в первый игровой день все время держались вместе, но уже на следующий – начали разделяться. Выглядели крайне веселыми. Света начала говорить позже всех, на третий день, когда она рассказала, как спасла сестру, которая все равно потом погибла, уже в больнице, но это было очень важное воспоминание. Рассказала про «флэшбеки» и кошмары. Я здесь использовала и методику Рейнальдо³, основанную на работе с образами, и релаксацию, – с детьми 12-ти лет это уже неплохо работает. Свете удалось расслабиться и, что я уже описывала выше, поговорить о будущем. Еще один, как мне кажется, полезный для Светы момент можно было наблюдать в общей игровой комнате, где она демонстрировала виртуозное обращение с маленькими детьми. В свои 12 лет она уже умеет быстро их успокоить, развеселить и пр., и очень к таким занятиям стремится. Это сфера ее компетентности, то, что она потеряла, и с чем в процессе свободной игры, на мой взгляд, восстановила связь. После этого она стала более естественно общаться с Петей, в смысле и «подкалывать его», и «посылать» мягко, как это у них водилось в общении до теракта. Что касается Пети, то он, в свою очередь, на третий день в качестве страшной тайны сообщил, что не был в школе. Видимо, с таким видом порядочные мужчины в 1945-ом году сообщали новым знакомым, что «не воевали, по состоянию здоровья». На такие вещи важно обратить внимание местным специалистам. Поскольку общество разделилось, и участники событий образовали особую статусную группу, то «не участники» часто воспринимаются как более благополучные, что бы у них на самом деле ни случилось, и в каком бы состоянии они ни находились. При этом реально этот, например, шестилетний Петя потерял пять родственников, с которыми жил в одном доме, детей, с которыми был близок, и его родители тут же уехали на несколько месяцев спасать больного брата. Он живет в доме, где царит траур и у оставшихся с ним родственников такое горе, что ему вроде как надо радоваться, насколько у него все более или менее «в порядке». Если бы, например, мальчик в таких обстоятельствах пришел к кому-то из нас на прием в Москве, в другом контексте, мы бы отметили объективную тяжесть его ситуации, там же она воспринимается как вполне легкая на фоне других и, вроде, этому Пете особо и помощь не нужна. На мой взгляд, специфика массовой травмы требует, чтобы местные специалисты не злоупотребляли разделением своих клиентов на тех, кто «там» был и кто «там» не был, и чтобы существующая установка не влияла на их профессиональную деятельность.

³ 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.

Случай 2

Случай Тани также уже затрагивался выше. Тут можно добавить один момент, касающийся того, как дети в игре выражают свой опыт, и как полезна именно простая техника «отражения», когда терапевтом не привносится никакой собственной интерпретации, и «правильная», согласованная с тем, что актуально для ребенка, в конце концов, поступает собственно от него. Тania была очень тихой и замкнутой, в «игровой» села ко мне спиной и молча стала складывать мозаику. Она долго отбирала буквы и цифры, по непонятному признаку. Я отражала, описывала потихоньку, она позволила мне помогать искать эти детальки, затем стала складывать арифметические примеры на вычитание, а потом имена. В итоге стало понятно, что примеры отражают, сколько было членов семьи и сколько осталось, а имена соответственно выживших и умерших. Когда она закончила с мозаикой, то начала говорить, рассказывая о событиях, своих страхах, снах и пр.

А.Варга: интересно, что параллельно мама разговаривала со мной; мама – преподаватель труда в этой же школе, по-моему, русская или наполовину русская женщина, которая была там со своими тремя детьми. Уточню еще раз, что они пробовали убежать; Таню она, по ее рассказу, выкинула через окно, и тут прогремел взрыв, буквально сразу, и она как-то пыталась других своих детей вытащить, но не смогла, и для нее это очень мучительное переживание тоже, что двоих она не спасла.

Случай 3

Е.Жорняк: Надя, 7-ми лет, пришла с мамой, в заложниках они не были. По словам мамы, с тех пор как произошел теракт, у Нади начались ночные кошмары, страхи, она боится темноты, боится оставаться одна в комнате, засыпает с мамой или ночью приходит к маме, спит со светильником, передвигается по квартире не одна, то есть берет даже маленького брата с собой – так ей спокойней. Пока мы с Надей играли, выяснилось, что она смотрела новости по TV постоянно и продолжает это делать.

А.Варга: они все постоянно смотрят новости, вместе с детьми.

Е.Жорняк: Кстати, мне Маша вчера рассказывала, что видела, как их освобождали по телевизору, как раз вчера. Я спросила «И как тебе?», она говорит: «Подумала, что хочу там быть», почему – не объяснила, но я так думаю, потому что мама там была еще жива...

Так вот, по словам Нади, у нее в голове – куча историй про то, как погибли люди. Она боится террористов, шумных звуков. Вспоминает, что в день теракта была дома и услышала какие-то хлопки, мамы не было, она заперла дверь, и когда мама вернулась, она не открывала ей дверь, пока бабушка не заставила. И мама все рассказала, попросила включить телевизор, и дальше они у этого телевизора и сидели. Потом Надя призналась мне, что, в общем-то, всегда боялась темноты, и все те же

симптомы у нее были и ранее, просто с другим содержанием, не про террористов. Потом это подтвердила и мать, вместе с историей про Надиного младшего брата, которого тоже два года не могут отдать в детский сад: он никак не желает отделяться и очень тревожится.

На мой взгляд, это важный момент; видимо, таких историй немало. Существенно не рассматривать травму как изолированный момент в жизни ребенка, а видеть ее в контексте всех его системных обстоятельств и индивидуальных особенностей и оказывать психологическую помощь с учетом всего этого. Видимо, Надина тревога имела и продолжает иметь функциональное системное значение. Это находит подтверждение в том факте, что, когда мы с мамой и самой Надей выяснили, что от просмотра вечерних новостей она не может заснуть, и решили, что теперь она по вечерам будет смотреть только «мультки», то на следующий день она опять смотрела новости, и на следующий после этого день – тоже.

Случай 4

А.Варга: Еще была девочка Лариса – ее дедушка работает в больнице. Вообще, больница расположена рядом со школой, и сотрудники больницы, дети которых – школьники, относились к игровой комнате, как к детскому саду при больнице: они просто заводили детей туда и исчезали, поймать их для беседы было очень трудно.

Е.Жорняк: Лариса вела себя очень скромно. Во время теракта она убежала с линейки. В «игровой» общалась со Светой. Она все время как-то отступала в тень и предлагала со Светой поработать в первую очередь. Я играла и с ней, но она ничего не рассказывала, говорит, ее ничего не беспокоит.

А.Варга: Маша, о которой здесь упоминалось, была в заложницах с тремя близкими взрослыми – бабушкой, мамой и тетей. Бабушка и мама погибли. Тетя говорит, что Маше там было нормально, потому что три взрослых любящих человека вокруг нее там крутились и о ней заботились. Когда я спросила что-то о бабушке, мол, каково ей было, старому человеку, тетя ответила: «Ну, этому поколению что делается». Когда спросила, скучает ли Маша по маме, она сказала: «А она и так всегда была со мной». В общем, позиция в этой семье такого типа, что-де «потеря небольшая».

Е.Жорняк: Да, Маша еще в общей комнате довольно быстро освоилась и сразу же сказала, что у нее умерла мама. И надо заметить, что на когнитивном уровне она сейчас находится в процессе осмысления того, в какой статус она попала как ребенок, потерявший маму. Она совершенно точно заметила, что все к ней относятся специальным образом, и даже задает прямые вопросы: «Это потому, что у меня мама умерла, вы мне игрушки дарите?», ну, и вообще многое разрешают: брат двоюродный исполняет все команды безропотно, внимание – по первому требованию

и пр. Какие-то границы ей полезно было бы уже установить, – тетей она тоже «вертит» как хочет, и от этого ей только хуже.

Случай 5

А.Варга: Женщина одинокая без детей, живет напротив школы (школа расположена среди пятиэтажек). Пришла она с классическим ПТСР, со слезами, флэшбеками и ночными кошмарами. После штурма у них во дворе складывали трупы, и они их обмывали, переворачивали, накрывали, ну и, естественно, на протяжении всего времени, пока длился теракт, наблюдали за школой, так как ночью в спортзале свет постоянно горел. Женщина одинокая, бездетная... Тягостные переживания связаны с тем, что она не все сделала. С трупами-то помогла, а вот когда прогремел взрыв, и многие бросились выводить заложников, выносить раненых, она – не бросилась. И теперь находит для себя агрессивный выход, говорит, что ей надо в тир идти, учиться стрелять. Когда спрашиваю, против кого пойдете, говорит: «Не знаю, но что-то делать надо, люди ничего не делают».

Женщина приходила каждый день. Методика Рейнальдо Ловелле снятия флэшбеков с помощью работы с образами помогает хорошо, хотя до конца мне ее не удалось довести, потому что когда клиентка попадала в «этот кинозал» (специальный прием, предусмотренный методикой), ей очень трудно было из него выйти, и она начинала рыдать, ее охватывала дрожь и пр. Тем не менее, на второй день она сказала, что мимо школы проехала уже без слез, на третий – заменила «приятное в прошлом событие» на «приятное событие, которое с ней случилось в этот же день», и потом уже мы протраивали будущее, – отличное у нее построилось будущее: как она замуж будет выходить.

Очень большая агрессия у всех – на всех. Существует народность в Осетии – «кадорцы», и, конечно, возникает миф, объясняющий некомпетентность милиции тем, что «в ней одни кадорцы собрались», «неграмотные и глупые». Я уже не говорю про агрессию на власти всех уровней. Агрессия на соседей, прежде всего, на ингушей и пр. Даже наш детский психиатр Лена передала нам циркулирующие по Владикавказу слухи, что вот эти специалисты, которые прибыли из Москвы и других городов, понаехали только потому, что им идет какая-то немислимая зарплата в долларах. Словом, агрессия на все.

Еще хотела отметить, что погибших и раненых среди старших детей, к счастью, немного, потому что старшие опаздывали на линейку, и внутри школы их, в результате, оказалось меньше. К тому же, младшим сложнее было выпрыгивать из окон. В 11-м классе – четверо раненых, остальные живы. Одна учительница сказала: «Никогда больше не стану ругать ребенка за опоздание. Опоздание – цена жизни».