

## ПСИХИЧЕСКОЕ ОЦЕПЕНЕНИЕ КАК РАЗРЫВ НЕПРЕРЫВНОСТИ БЫТИЯ

Л.А.ПЕРГАМЕНЩИК

Статья посвящена рассмотрению феномена психического оцепенения, наблюдаемого у людей, попавших в экстремальные жизненные ситуации. На основе текстов, посвященных описанию опыта жизни в концентрационном лагере (В.Франкл) и в блокадном Ленинграде (Л.Гинзбург) автор проводит феноменологическое исследование этого явления, выделяет основные его характеристики, проводит сопоставление феномена оцепенения с переживаниями потери непрерывности бытия.

**Ключевые слова:** психическое оцепенение, непрерывность бытия, кризис.

Встреча с неизведанным, с неопределенным — всегда вызов существованию. Адаптация к кризисным ситуациям — это борьба за свое бытие, за свое понятное вчерашнее против неизвестного будущего, в котором ты себя можешь не обнаружить. В данной статье будет рассмотрен феномен оцепенения как метод адаптации. Содержание этого феномена мало изучено в связи с большими методическими трудностями анализа поведения человека в состоянии острого переживания. Отсюда и парадокс — явление «оцепенение» существует без соответствующего объяснения и понимания, а благодаря индивидуальному переживанию.

Обратимся к словарям. В словаре В.Даля можно найти следующее: **оцепеневать, оцепенеть** — *приходить в бесчувственное состояние или в неподвижность, замирать, остывать, леденеть, твердеть внезапно* (Даль, 1956, с.775). Это некоторый эскиз, набросок, некое направление поиска, ориентир для дальнейшего анализа. Теперь уже можно дать краткое определение этому понятию: оцепенеть — означает приходить в бесчувственное состояние, *замирать*. Однако симптом «*бесчувственное состояние*» все же является метафорой, которая не может удовлетворять принципу научности.

В статье Р.Дж.Лифтона «Адаптация человека к экстремальному стрессу» мы находим параграф с таким подзаголовком: «Психическое оцепенение: разрыв непрерывности Я». Р.Дж.Лифтон определяет дан-

ный феномен как разрыв непрерывности: «Психическое оцепенение останавливает процесс символизации и развития» (Лифтон, 2002, с.81). И далее: «*Имеется тесная связь между психическим оцепенением и связаным со смертью отрицанием. («Если я не буду ничего чувствовать, смерть не наступит».) Переживший травму... проходит через обратимую форму символической смерти, чтобы избежать окончательной физической или психической смерти» (там же, с.85).* Итак, мысль Лифтона: оцепенение — форма преодоления тревоги смерти.

Йел Даниели, американский психолог, руководитель проекта психологической помощи жертвам Холокоста и их детям, среди списка из шести психологических защит ставит на первое место понятие «оцепенение». Однако операционализация этого понятия у него отсутствует (Даниели, 2002).

Первоначальную реакцию человека на травматическое событие принято обозначать термином «шок». В этом случае нередко используется и понятие «оцепенение».

Рассматриваемую категорию применяют также для определения длительного состояния невозможности адекватно реагировать на пролонгированные запросы среды. Это уточнение позволяет выделить в оцепенении **острый период** и **хронический**.

Таким образом, результаты этих поисков оказались недостаточными, чтобы дать содержательное определение данному феномену.

Для анализа поведения человека в состоянии «хронического оцепенения» автор привлек по одному представителю от психологической науки (В.Франкл) и литературы (Л.Гинзбург). Так перед нами оказалось два текста как свидетельства жизни. Два необычных человека рассказывают об опыте жизни, используя наблюдения, свидетельские показания, психологическую реконструкцию.

#### **Почему взяты именно эти авторы, что их объединяет?**

В двадцатом веке много свидетелей страшных ликов небытия не менее талантливых и продуктивных по количеству и разнообразию материала. Однако этих авторов отличает поразительная честность: научная и человеческая.

**Их объединяет время** — середина двадцатого века.

**Их объединяет событие** — война двадцатого века, вторая мировая война.

**Их объединяет бытие**, которое больше похоже на небытие.

**Их объединяют свидетельские показания** человеческого бытия, в том его виде, когда сам человек с трудом фиксирует свое местонахождение по линии «жизнь — не жизнь».

Их объединяет характер пространства. Писатель и психолог описывали бытие человека в ситуации замкнутого пространства, откуда нельзя выйти по собственному желанию.

Пространство психолога Виктора Франкла — Концентрационный лагерь, пространство писателя Лидии Гинзбург — Город, который по некоторым признакам похож на концентрационный лагерь.

### **Методы сбора информации**

В.Франкл использует наблюдение и называет фамилии своих соавторов, которые участвовали в этом включенном наблюдении и были одновременно экспериментаторами и испытуемыми поставленного социального эксперимента: Коэн, Джилберт, Де Винд, Б.Беттельхейм и другие, всего более 25 исследователей. Психолог в своем анализе старался быть как можно точнее и бесстрашнее, он — ученый (Франкл, 1990).

Л.Гинзбург использует в качестве метода — психологическую реконструкцию (термин писателя). Писатель привлек для исследования своих коллег по ремеслу, которые волею судьбы попали в ограниченное пространство 900 дней ленинградской блокады (Гинзбург, 1989).

В дальнейшем Виктор Франкл будет идти под именем **Психолог**, а Лидия Гинзбург — **Писатель**.

### **А. Психолог**

**Методология исследования.** Объектом наблюдения является человек в концентрационном лагере. Предметом — психопатология масс.

Психолог пишет, что *«в методологическом отношении ... попытка психологического анализа сталкивается с определенными сложностями. Психологический анализ требует научной дистанции. Имеет ли, однако, необходимую дистанцию тот, кто сам пережил лагерь, — по крайней мере, в тот момент, когда он делает соответствующие наблюдения»* (Франкл, 1990, с.130).

Если наблюдатель находится на слишком большой дистанции, он может не почувствовать ситуацию. Если же он внутри ее, вжилась в нее, находится на чересчур малой дистанции, то он выходит из статуса исследователя, который должен иметь возможность и способность **отстранения**. (Отстранение — ключевое слово, которое в дальнейшем вошло у Франкла в теорию логотерапии). Психолог считает, что в данном анализе следует ввести допущение, так как мерило, которое прикладывалось к деформированной жизненной реальности, само являлось искаженным.

Искаженный метод исследует искаженный, деформированный мир... может быть это и есть самый адекватный диагностический психологический метод в данной ситуации?

Психолог продолжает: *«В концлагере само бытие человека было деформировано. Эта деформация приняла такие масштабы, что не могут не возникнуть сомнения в том, что наблюдатель, если он сам находился в лагере, мог вообще сохранять достаточную объективность своих суждений. Ведь в психологическом отношении его способность судить о себе или о других должна быть неминуемо нарушена»* (Франкл, 1990, с.130-131).

Но чтобы иметь хоть малейшее представление о лагерной жизни, надо иметь личный опыт. Психолог цитирует своего коллегу по психологическому цеху и лагерной жизни: **Не могут понять жизнь в этом мире те, кто никогда не жил в нем.**

Итак, признаки **оцепенения** с точки зрения Психолога.

**Первый признак.** Обитатель концентрационного лагеря спасается, *«впадая в культурную спячку»* (Франкл, 1990, с.137). Человек регрессирует к более примитивным формам поведения, преследуя вполне определенные безальтернативные цели — выжить. В концлагере человека низводили до животного начала и он «соглашался» — выбора не было. Здесь перед нами вид регрессии как способ самосохранения.

**Второй признак.** Чувство неполноценности. Так *«как, до заключения каждый из нас был кем-то или, по крайней мере, верил, что был. Но здесь, сейчас с ним обращались буквально так, как если бы он был никто»* (Франкл, 1990, с.137). Что мог противопоставить безличному обращению человек в лагере? Навязанной извне обезличенности человек мог противопоставить чувство собственного достоинства, которое коренится в высших сферах, в духовной сущности человека. Однако многие ли люди обладали таким устойчивым чувством собственного достоинства? Позже эту личностную характеристику С.Мадди обозначил термином *hardiness* (переведенный как «жизнестойкость» Д.А.Леонтьевым и как «выносливость» Н.Ю.Федуниной) (Леонтьев, 2006; Федунина, 2006). У большинства формировалось чувство неполноценности, которое возникало, рождалось вследствие безличного обращения к человеку.

**Третий признак.** Психолог замечает, что когда человек попадает в лагерь, проявляется феномен **«неопределенность конца»**. Ведь никто из заключенных не мог знать, как долго ему придется там находиться. Это было одно из наиболее тягостных психологических обстоятельств жизни в лагере. Бессрочность существования приводит к переживанию утраты будущего. *«Один из заключенных, маршировавший в составе длинной колонны к своему будущему лагерю, рассказал однаж-*

ды, что у него в тот момент было чувство, как будто он идет за своим собственным гробом. До такой степени он ощущал, что его жизнь не имеет будущего, что в ней есть лишь прошлое, что она тоже прошла, как если бы он был покойником. Жизнь таких «живых трупов» превратилась в преимущественно ретроспективное существование.» (Франкл, 1990, с.140).

**Эффект «изменения вектора жизни». Человек не может принять жизнь настоящую и тем более будущую, так как травма преграждает время и пространство личности. Человек живет в прошлом, в будущем — для него места нет..**

Принимая во внимание преимущественно временный характер, присущий человеческому существованию, становится понятным, что без возможности фиксировать точки отсчета в будущем человек, собственно, просто не может существовать. С утратой своего будущего человек утрачивает всю свою структуру, его внутренний, временный план, переживание им времени. Возникает бездумное наличное существование, ощущение жизни как ощущение внутренней пустоты и бессмысленности. Итак, Психолог зафиксировал признак **изменение вектора жизни** под влиянием **неопределенности конца**.

Таким образом, Психолог предложил включить в понятие «оцепенение» следующие признаки: **примитивизм, неполноценность, изменение вектора жизни**.

### **Б. Писатель**

Лидия Яковлевна Гинзбург — литературовед, писатель, отважный человек, автор пронзительных по страсти, честности и мужественности «Записок блокадного человека» и нескольких послесловий, среди которых особое для нашего анализа место занимает семистраничный текст «Оцепенение» (Гинзбург, 1989, с.592-598). Прочитав эти несколько страниц, автор сам невольно пришел в состояние, похожее на оцепенение. Точность и чистота текста, описание ею же открытого закона «постстрессового поведения человека на этапе заторможенности воли», — все это уместилось в психологическом эпизоде.

Итак, Писатель назвал свое произведение «психологический эпизод» как краткий отрезок жизненного пути.

Метод анализа: **психологическая реконструкция**. Писатель анализирует другой текст, он не автор этой жизни, он не исследователь, ему нет необходимости вникать в суть, потому что суть не прячется, для ее открытия надо иметь мужество и терпение услышать, принять и зафиксировать.

Итак, перед нами текст. *«Я сидел за бывшим своим рабочим столом, вплотную придвинув стул, тесно зажатый между краем стола и стулом, — в оцепенении. Мне поручили сделать ответственный перевод. Этого импульса было достаточно для того, чтобы перо двигалось по бумаге. Но я уже с отвращением думал о том, что предстоит его, перо, обмакнуть или перевернуть страницу. Если нужно было дотянуться до края стола, чтобы взять бритвенное лезвие и очинить карандаш, я продолжал писать затупившимся карандашом или карандашом вместо пера, чтобы не протягивать за пером руку. Дело было не в утомлении, не в истощении... Много месяцев продолжался бег по кругу. Весна принесла нечто вроде остановки; вернее, замедление темпов. Ис с замедлением открылась болезнь физической лени — особая заторможенность воли»* (Гинзбург, 1989, с.592).

Пример, который привел Писатель, вызывает недоумение: какие же надо сделать над собой особые усилия, чтобы обмакнуть перо в чернильницу? Что такое болезнь физической лени? В чем суть этой особой заторможенности? Вся ли деятельность подпадает под эту болезнь? Оказывается, какие-то действия можно было выполнять, а какие-то нет и между ними грань не по сложности и трудности, которые должны бы играть важнейшую роль в ситуации физического истощения.

*«Легче всего совершать было действия, вызванные неодолимой потребностью минуты или инерцией привычных ситуаций. Психологически проще, возможнее было сходить на другой конец города пообедать или втащить на лестницу ведро воды, чем потянуться за карандашной точилкой. По дорогам к обеду нас влекли могущественные стимулы добывания; ведра, колка дров были заведенной инерцией, не требовавшей вмешательства воли»* (Гинзбург, 1989, с.592).

Легче выполнять действия, которые вызываются могущественными силами добывания и инерцией привычной ситуации — сделаем мы вывод вслед за Писателем.

Итак, оцепенение есть болезнь физической лени или особая заторможенность воли.

**Страх контакта** — следующий признак оцепенения. Возникнув на этапе оцепенения, он продолжает свое разрушительное действие и дальше. Происходит снижение положительных аффектов в межличностных отношениях.

*«Каждый предмет, не входящий в заведенный порядок дня, требовал каждый раз нового отношения между собой и действующей на него волей. И каждый раз это было мучением. Воля сжималась и цепенела в страхе перед контактом, перед мельчайшим усилием воздействия на мир, ставший источником вечного страдания»* (Гинзбург, 1989, с.592).

*«На письма с Большой земли я не отвечал. По многим психологическим причинам. Но главным образом потому, что нужно было возиться с конвертом (в продаже их не было), с покупкой марки и почтовым ящиком. Это были все действия мельчайшие, но не механические, не стертые инерцией, и потому они требовали усилия воли» (Гинзбург, 1989, с.592). «Лень была заболеванием воли, с симптомами отвращения и страха перед контактами с миром» (Гинзбург, 1989, с.593).*

Когда же на горизонте нечеловеческого существования появляется предмет, не входящий в заведенный порядок бытия, он *«требовал нового отношения между собой и действующей на него волей»*. Тут начинались мучения: воля сжималась и цепенела перед необходимостью контакта, перед мельчайшим усилием реагировать на новый фрагмент мира. Все это становится источником вечного страдания. *«...Сознание было ушиблено ожиданием страдания, непреодоленной к нему привычкой» (Гинзбург, 1989, с.593).* Ожидание страдания парализует волю больше, чем само страдание.

**Следующий признак оцепенения — дистрофия сознания.** *«Дистрофия ... ставила человека лицом к лицу с обнажившейся, первобытной двойственностью удовлетворения и страдания».*

Дистрофия — крайняя форма отлучения от мира, физического тела от физического мира. Но в дистрофии есть большое преимущество: она избавляет человека от выбора — истинно человеческого в человеке. Дистрофия освобождает человека от нравственного выбора, нравственного беспокойства.

Травматическая ситуация требует адекватного ответа. Как человек реагирует: выступит с мужеством преодоления или спрячется в скорлупу невротического исчезновения. Еще один способ, который как бы помогает — это ограничение собственной свободы действия: человек-автомат, роботизация сознания.

Оцепенение — простейший способ реагирования на опасность. Когда опасность внезапно застигает живое существо и убежать уже нет никакой возможности, он использует последний способ защиты: притвориться мертвым. Мертвых не трогают в своем большинстве, и смерть в который раз помогает жизни. Мои переживания — это и есть моя жизнь. Оцепенение — это первый шаг к не жизни и одновременно эффективный способ борьбы с ликами небытия, так как человек не может жить не переживая. Тогда он отказывается «видеть» мир, к которому надо отнестись. Так страстно хотят и одновременно боятся освобождения заложники.

**Страх перед будущим.** *«Я привык не желать внешнего мира. Когда в сознание прорывалось, что голубеет небо, что есть почки и будут листья,*

*шумящие на ветру, я пугался, я боялся нового времени года, несущего угрозу оцепенению. Я как сумасшедший боялся, что все это кончится. Ведь тогда должно было кончиться странно простое, сведенное к минимуму существование, которое я вел, мучительное и до крайности облегченное» (Гинзбург, 1989, с.596).*

Страх перед будущим и оцепенение от настоящей жизни. Человек не желает будущего, так как с его заторможенностью воли самое страшное — появление нового. Действительно, Писатель прав: только сумасшедший может не бояться окончания оцепенения, а наш герой его боялся, он понимал, что его существование, сведенное к минимуму, дает ему большие преимущества, которых он лишится сразу после освобождения. Будущее несет угрозу, угрозу окончания оцепенения. Страх перед будущим, когда может закончиться оцепенение, заставляет его цепляться за жизнь в оцепенении. Высшее достижение оцепенения — болезнь. *«...Болезнь, обыкновенная болезнь была бы идеальным состоянием. Сонливое, затуманенное жаром сознание отложило бы все ответы на требования враждебного мира. Болезнь была высшим правом на оцепенение» (Гинзбург, 1989, с.596-597).* Болезнь позволяла расслабиться в неподвижности, отключиться от ужасного мира. От больного отступали все расстояния, которые он прошел натруженными ногами, все пространство отделявшего его от дров, воды и хлеба — трех важнейших (других и не было) целеполаганий. Он освобождался от внешнего мира, который приносил страдание. Он освобождался от тела, от опротивевшего, враждебного, страдающего тела, которое больше не давало о себе знать. *«Нечто подобное испытывает пловец, когда, закрыв глаза, лежит на воде, уже не чувствуя воды, и из всех ощущений осталось ему только ощущение глубокого своего дыхания» (Гинзбург, 1989, с.597).*

Человек не хотел избавляться от оцепенения?! Он не хотел тепла и еды? Нет, он хотел всего этого, но во все это надо было сначала поверить, а тело и сознание отказывалось верить в существование другой жизни. Жизненный опыт 900 дней говорил об этом: выход из защитного состояния оцепенения означал конец жизни и тому 900 000 свидетельств. Неудивительно, что человек изо всех сил цеплялся за состояние оцепенения как за единственную возможность продолжать жить.

Итак, мы закончили читать два документа об одном феномене человеческого бытия — «оцепенение». Пора подвести итоги. И вдруг я обнаружил, что на переживания людей середины XX века наслоились переживания моих современников. Оказывается, и они, мои современники, «оцепенение» используют как эффективную систему адаптации, а симптомы опыта страшной войны проникли в наше время. И



нет той страшной войны, нет концлагеря и Города, окруженного 900 дней как концлагерь двумя рядами окопов, но возникает состояние оцепенения, как будто передается по наследству.

Подведем итоги анализа категории оцепенения, проведенного совместно с Писателем и Психологом.

- Психолог и Писатель «увидели» в состоянии «оцепенения» схожие симптомы, оба обозначили в структуре понятия такие признаки как примитивизм существования, только Психолог назвал это культурной спячкой, а Писатель — болезнью физической лени, страхом контакта.
- В оцепенении присутствует обезличенность и чувство неполноценности (Психолог), защитное равнодушие как дистрофия сознания (Писатель).
- Страх перед будущим, который несет угрозу оцепенению (Психолог и Писатель).
- Оцепенение есть эффективная адаптация, простейший способ реагирования на опасность — Психолог и Писатель.

Итак, оцепенение разрывает непрерывность, останавливает жизнь, так как человек не видит возможность продолжить свой жизненный путь как движение от одного со-бытия к другому со-бытию.

Перейдем к рассмотрению категории «непрерывность». С этой категорией, вернее с таким состоянием, мы встречаемся в процессе оказания помощи человеку в ситуации потери, угрозы существования и здоровья, в ситуации свидетельств ликов небытия.

Примеры обсуждения концепта «непрерывность» можно обнаружить в теории объектных отношений и в экзистенциальной психологии. В теории объектных отношений термин «принцип непрерывности» использовал Винникотт (*Winnicott, 1958*), когда рассуждал о потребностях ребенка чувствовать непрерывность в его отношениях с миром, а воплощением этой непрерывности является его мать. Таким образом, «переходящий объект», неизменно присутствующий при любых переменах, формирует у ребенка чувство безопасности как непрерывности. Непрерывность как условие подлинного существования, равносильное свободе или формированию подлинного «я» (*Бинсвангер, 1999, с.254*), как «способность к открытому диалогическому обмену, нарушаемое вследствие пережитых травм» (*Лэнгле, 2007, с.47*) рассматривается экзистенциальными психологами.

Человек в ситуации оцепенения вызывает к помощи, но приступить к реализации помогающего поведения возможно, если знаешь за что взяться, если определишь, по каким каналам прошел каток оцепене-

ния. Здесь на помощь может прийти представление о системе непрерывностей, с которыми человек живет в реальном мире. Перечислим их основные виды: когнитивная, социальная, функциональная, историческая. Раскроем их содержание. **Когнитивная, осознанная непрерывность.** С первых дней жизни человек пытается найти закономерности и приобрести жизненный опыт, чтобы предсказать, что будет завтра. В мире эффективно функционирует настоящая информационная индустрия, которая рассказывает нам, какая завтра будет погода, что будет идти завтра в театре, когда нам идти на работу и когда эта работа заканчивается. Наша жизнь представляет собой множество ручьев, которые перекрываются в нужное время и в нужном месте мостами в виде правил, логики и анализа реальности. Эти правила-мосты помогают воспринимать мир как логичный и предсказуемый, а, следовательно, и непрерывный. **Социальная, межличностная непрерывность.** Новорожденный младенец нуждается в человеческом окружении, чтобы выжить. Тезис классический и кажется самоочевидным. Но мы не обращаем на это внимание, так как мы привыкли, что вокруг нас всегда кто-нибудь есть. Мы живем в семье, ходим в детский сад, школу, у нас есть друзья на работе и свой круг социального общения. Эта сторона жизни весьма четко зафиксирована, и уверенность в том, что мы снова и снова увидим тех же людей, создает ощущение социальной или межличностной непрерывности. **Функциональная непрерывность.** В своей книге «Представление о себе в повседневной жизни» Гофман говорит о разнообразных ролях, в которых человек выступает в жизни. Эти роли в цикле жизни людей повторяются, и мы многократно функционируем в каждой из них, «сценарий жизни» известен заранее, и есть определенная ритуальность, стабильность, несмотря на течение времени. **Историческая непрерывность** — это наша внутренняя непрерывность в том, как мы воспринимаем себя с течением прошедших лет. Наши убеждения, наш образ самого себя, то, как мы выглядим — хотя все это динамично, оно и достаточно стабильно, и поэтому дает нам чувство безопасности и непрерывности.

Это основные виды непрерывности. Мулли Лаад в соответствие со своей интегративной моделью BASIC Ph (Лэхэд, 2006; Lahad, 1992) добавил еще четыре вида непрерывностей. **Непрерывность убеждений и ценностей** — мое видение мира, мои религиозные, социальные и прочие убеждения, оптимизм или пессимизм (т.е. мое отношение к самому себе и к жизни). **Непрерывность воображения, образов и мечтаний** — у каждого из нас есть внутренние образы, надежды и мечты о жизни, и многое, о чем мы мечтаем, сохраняет стабильность в течение многих

лет. **Физиологическая непрерывность** — физическое ощущение себя, образ собственного тела, чувство физической энергии. **Эмоциональная непрерывность** — ощущение себя как человека счастливого, грустного, серьезного, «крутого», эмоционального.

Что дальше? Во время кризиса человек входит в оцепенение, которое проживается как разрыв нескольких непрерывностей бытия. Например, такой нормативный кризис, как выход на пенсию может разорвать сразу несколько цепей непрерывности: функциональную, социальную и физическую, так как человек оказывается практически незанятым. Подрывается также и историческая непрерывность — восприятие себя и своей ценности для других.

Во время событийного кризиса для разработки плана кризисного вмешательства необходимо установить, какие непрерывности повреждены (звенья разорваны или связи между ними стало трудно реализовать). Опыт практической работы продемонстрировал нам определенную закономерность взаимосвязи непрерывностей. Если удавалось восстановить хотя бы одну из прерванных или поврежденных непрерывностей, другие связи тоже начинали функционировать — например, социальная и за ней функциональная или когнитивная и за ней историческая.

Завершая обсуждение проблемы оцепенения и непрерывности, хочется отметить, что в классической работе «История болезни Лоллы Фосс» Людвиг Бинсвангер определил место непрерывности в жизни человека следующим образом: непрерывность равносильна свободе, существованию, формированию подлинного «Я», само же подлинное существование невозможно без коммуникации, без другого. Оцепенение как разрыв непрерывности (отрицание непрерывности по Бинсвангеру) означает несвободу, захваченность непреодолимым Внезапным, существование «заброшено» в жуть, суждено быть в изоляции (Бинсвангер, 1999, с.254).

## ЛИТЕРАТУРА

- Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1986.
- Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. М.: КСП+; СПб.: Ювента, 1999.
- Брунер Жизнь как нарратив // Постнеклассическая психология. М.: 2006. С. 9—30.
- Гинзбург Л. Оцепенение // Человек за письменным столом: Эссе. Из воспоминаний. Четыре повествования. Л.: Сов. Писатель. 1989. С. 592— 598.
- Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка: В 4 т. М., 1956. Т. 2. С. 775.

- Даниели Йел.* Столкновение с невообразимым // Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / Под ред. Г.У. Солдатовой. М.: Смысл, 2002. С. 415—429.
- Лэнгле А.* Эмоции и экзистенция / Пер. с нем. Х.: Изд-во гуманитарный Центр, 2007.
- Леонтьев Д. А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
- Лифтон Р.Дж.* Травмированное «Я» // Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / Под ред. Г.У. Солдатовой. М.: Смысл, 2002. С. 78—89.
- Лэхэд М.* Тьма над бездной: супервизия бригад экстренной помощи // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 4. С. 158—174.
- Пергаменик Л. А.* Кризисная психология. Мн.: Выш. шк. 2004.
- Федунина Н.Ю.* Понятие устойчивости к травме и посттравматического роста // Московский психотерапевтический журнал. 2006. № 4. С. 69—80.
- Франкл В.* Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990.
- Lahad M.* Storymaking in assessment method for coping with stress // S. Jennings (ed.). *Dramatherapy Theory and Practice II*. London: Routledge, 1992. P. 150—163.
- Winnicott D.W.* The capacity to be alone// *The International Journal of Psychoanalysis*. 1958. Vol. 39. P. 416—420.

## **Mental catalepsy as loss of a continuity of living**

*L.A.Pergamenshnik*

The article is devoted to the phenomenon of mental catalepsy which people can have in extreme life situations. On the basis of descriptions of life experience in concentration camp (by V.Frankl) and in blockade Leningrad (by L.Ginzburg) the author conducts phenomenological research of this mental state, marks out its basic characteristics, compares the phenomenon of catalepsy to experiences of loss of a continuity of living.

**Key-words:** mental catalepsy, continuity of living, crisis

- Bahtin M.M.* *Jestetika slovesnogo tvorchestva*. М.: Iskusstvo, 1986.
- Binsvanger L.* *Bytie-v-mire*. М.: KSP+; SPb.: Juventa, 1999.
- Bruner Zhizn' kak narrativ* // *Postneklassicheskaja psihologija* М.: 2006. S. 9—30.
- Ginzburg L.* *Ocepenenie* // *Chelovek za pis'mennym stolom: Jesse. Iz vospominanij. Chetyre povestvovaniija*. L.: Sov. Pisatel'. 1989. S. 592—598.
- Dal' V.* *Tolkovoj slovar' zhivogo velikoruskogo jazyka: V 4 t.* М., 1956. T. 2. S. 775.

- Danieli Jel* Stolknovenie s nevoobrazimym // Psihologicheskaja pomow' migrantam: travma, smena kul'tury, krizis identichnosti / Pod red. G.U. Soldatovoj. M.: Smysl, 2002. S. 415—429.
- Ljengle A.* Jemocii i jekzistencija / per. s nem. H.: Izd-vo gumanitarnyj Centr, 2007.
- Leont'ev A.D. Rasskazova E.I.* Test zhiznestojkosti. M.: Smysl, 2006.
- Lifton R.Dzh.* Travmirovannoe «Ja» // Psihologicheskaja pomow' migrantam: travma, smena kul'tury, krizis identichnosti / Pod red. G.U. Soldatovoj. M.: Smysl, 2002. S. 78—89.
- Ljehjed M.* T'ma nad bezdnoj: supervizija brigad jekstrennoj pomowi // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2006. № 4. S. 158—174.
- Pergamenshhik L.A.* Krizisnaja psihologija. Mn.: Vysh. shk. 2004.
- Fedunina N.Ju.* Ponjatie ustojchivost' k travme i posttravmaticheskogo rosta // Moskovskij psihoterapevticheskij zhurnal. 2006. № 4. S. 69—80.
- Frankl V.* Chelovek v poiskah smysla. M.: Progress, 1990.
- Lahad M.* Storymaking in assessment method for coping with stress // S. Jennings (ed.). Dramatherapy Theory and Practice II. London: Routledge, 1992. P. 150—163.
- Winnicott D.W.* The capacity to be alone // The International Journal of Psychoanalysis. 1958. Vol. 39. P. 416—420.