

Современная
психотерапия

Барбара Прайтлер

Бесследно пропавшие...

Психотерапевтическая
работа с родственниками
пропавших без вести



СОСІТО
СІЛІЕ
N°1

Барбара Прайтлер
Бесследно пропавшие...
Психотерапевтическая работа с
родственниками пропавших без вести
Серия «Современная психотерапия (Когито-Центр)»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11981252

Бесследно пропавшие... Психотерапевтическая работа с родственниками пропавших без вести.

Пер. с нем.: АСТ; Москва; 2015

ISBN 978-5-89353-452-8, 978-3-89806-928-1

Аннотация

В книге обсуждается целый спектр проблем, касающихся процесса скорби и преодоления травмы у людей, чьи родственники пропали без вести – стали жертвами «насильственного исчезновения» в результате войн, обострения политической обстановки или же пропали вследствие стихийного бедствия. Изложены теоретические основы этой новой области исследования и дан исторический обзор событий XX века, в которых феномен насильственных исчезновений проявился с особой остротой. Изложен многолетний практический опыт психотерапии родственников пропавших без вести в различных сеттингах, включая работу в кризисных точках (войны, теракты, природные катастрофы). Особое внимание уделяется коллективным стратегиям преодоления травматических переживаний при бесследном исчезновении близких людей и вопросам самопомощи и психогигиены профессионалов, оказывающих им психологическую помощь.

Содержание

Благодарности	6
Предисловие	7
I. Скорбь как реакция на утрату	9
1. Утрата без прощания	9
1.1. Значение прощания	9
1.2. Насильственное исчезновение – террор препятствует скорби	10
1.3. Отсутствие ритуалов	10
1.4. Надежда на то, что разлука не вечна	10
1.5. Пропавший без вести как центральная ось семьи	11
2. Развитие человека в социальную личность	12
2.1. Надежность отношений мать-ребенок	12
2.2. Теория привязанности по Боулби	14
2.3. Переходные объекты и феномены	16
2.4. Между родительским домом и друзьями	18
3. Переживание потерь в детстве	20
3.1. Детские стратегии совладания с горем	20
3.2. Последовательная травматизация (Ханс Кайльсон)	21
3.3. Необходимость делиться правдой с детьми	24
4. Скорбь и процессы скорби	26
4.1. Процесс скорби	26
4.1.1. Процесс шести «R» по Т. Рандо	27
4.1.2. Четыре фазы скорби по Дж. Боулби	27
4.1.3. Дуальная модель процесса по Штрёбе и Шуту	29
4.2. Преодоление скорби и диссоциация	29
4.3. Избегание скорби	30
4.4. Осложненная скорбь	31
4.5. Скорбь и посттравматическое стрессовое расстройство	31
4.6. Скорбь о пропавших без вести близких	32
5. Скорбь нуждается в выражении, свидетелях и ритуалах	33
5.1. Ритуалы и обряды прощания	33
5.2. Ритуалы скорби по пропавшим без вести	34
5.3. Символические ритуалы скорби для родственников пропавших без вести	35
6. Новые социальные роли после утраты	37
6.1. Потеря супруга или спутника жизни	37
6.1.1. «Политические вдовы»	38
6.1.2. Ни жена, ни вдова	39
6.2. Потеря одного или обоих родителей	40
6.2.1. Потеря одного или обоих родителей вследствие политических репрессий	40
6.2.2. Потеря одного или обоих родителей вследствие насильственного исчезновения	41
6.3. Потеря ребенка – «осиротевшие» родители	41
6.3.1. Насильственная смерть детей	42

6.3.2. Родители пропавших без вести детей	43
6.3.3. Братья и сестры умерших или пропавших без вести детей	43
II. Социальные последствия насильственных исчезновений	45
1. Пенелопа ждет Одиссея – разлука, связанная с неизвестностью, как извечная проблема	46
2. Последствия войн: «пал на поле боя», «пропал без вести»	47
3. Насильственные исчезновения – разновидность целенаправленного террора	49
3.1. Насильственные исчезновения в истории России	49
3.2. Директива «Ночь и туман»	50
4. Насильственные исчезновения во время Холокоста	51
Конец ознакомительного фрагмента.	52

Барбара Прайтлер
Бесследно пропавшие...
Психотерапевтическая работа с
родственниками пропавших без вести

Barbara Preitler

Ohne jede Spur... Psychotherapeutische Arbeit mit Angehörigen
«verschwundener» Personen

© Preitler Barbara, 2015

© Когито-Центр, 2015

Благодарности

За многие годы психотерапевтической и научно-исследовательской работы в области психотравматологии мне довелось встретиться с большим количеством людей, готовых говорить со мной о бесследном исчезновении своих близких. Мне удалось сопровождать их в эти тяжелые времена. Именно им посвящается настоящая книга.

Мне хотелось бы также поблагодарить моих коллег в Австрии и других странах Европы, Азии и Америки, оказавших мне разнообразную помощь и поддержку в написании данной книги.

Основой первой части данного издания послужила моя книга «Ohne jede Spur...», которая была опубликована в 2006 году издательством Psychosozial Verlag (г. Гисен, Германия). Я благодарю сотрудников этого издательства за благожелательную поддержку при переработке и переводе книги на русский язык.

Я благодарю также фонд «The Inge Genefke and Bent Soerensen – Anti Torture Support Foundation» (Дания) за щедрую финансовую поддержку, которая одновременно стала и моральной помощью, и фонд «Zukunftsfonds der Republik Österreich» (Австрия), благодаря финансовому содействию которого книга была переведена и на английский язык.

Особую благодарность выражаю издательству «Когито-Центр», поддержавшему идею публикации данной книги и сделавшему все возможное для ее издания.

Предисловие

Как психолог и психотерапевт в своей работе я постоянно сталкиваюсь с тяжело травмированными людьми, пребывающими в неведении о судьбе своих близких. Психологическая травма как таковая уже несет на себе отпечаток беспомощности, а бесследное исчезновение, в свою очередь, ведет к тому, что беспомощность и бессилие становятся постоянным фактором в жизни родственников пропавших без вести.

В психотравматологии мы работаем, прежде всего, с диагнозом и концепцией посттравматического стрессового расстройства. «Пост» при этом обозначает «после», то есть мы исходим из того, что травмирующие обстоятельства закончились. Но когда люди просто «исчезают», для их родственников эта ситуация не завершается. Они либо совсем не могут перестать беспокоиться о своих «пропавших» близких, либо это удастся им лишь с большим трудом. Принять потерю как окончательную невозможно, в настоящее постоянно проникают отчаяние, надежда и страх.

Исследуя эту тему, я была удивлена тем, какое множество людей в истории человечества стали жертвами этого феномена, все еще остающегося актуальным, и насколько мало психологических исследований посвящено этой проблеме.

Настоящая книга призвана способствовать более широкому научному и практическому рассмотрению насильственных «исчезновений» людей. Слово «исчезновения» специально ставится в кавычках, чтобы показать, что эти люди на самом деле не исчезли – они продолжают где-то жить или, если они умерли, то существует вполне определенное место, где это произошло и где находятся их бранные останки. Неизвестно только, где это, и нет ответа на вопросы «почему?» и «когда?».

В данной книге я предприняла попытку подойти к этой теме с разных сторон. В первой главе представлены теоретические концепции скорби и осложненной скорби, которые служат основой для понимания описанных ниже интервенций в случаях особо тяжелых утрат.

Вторая глава посвящена историческим масштабам «исчезновений». Эта тема красной нитью проходит от греческой мифологии через различные периоды истории, в которых насильственные исчезновения происходили особенно часто, вплоть до природной катастрофы – цунами – в декабре 2004 года. Основная тема данного раздела – «исчезновения» как следствие войн и политического насилия.

Были разработаны разнообразные стратегии, что делать и как справляться с такой разрушительной по своим последствиям ситуацией, как исчезновение одного или многих близких. В третьей главе представлены общие стратегии ее преодоления.

В четвертой главе содержится краткий обзор психотерапии после тяжелой травмы, легший в основу двух следующих глав, касающихся психотерапевтической работы с отдельными людьми и работы с семьями, пострадавшими от исчезновения близких.

В таких ситуациях, как войны и природные катастрофы, «исчезает» множество людей, и это затрагивает многие семьи, в силу чего индивидуальные психотерапевтические интервенции почти невозможны. В седьмой главе центр внимания смещается на стратегии работы с целыми сообществами людей (общинами). Представленный здесь материал возник на основе моей собственной работы в кризисных регионах в результате диалога с коллегами из южной Азии, а разработанные на его основе рекомендации были использованы после катастроф в Центральной Америке и Африке. Эти рекомендации специально написаны простым языком, чтобы они были понятны и могли легко применяться в стрессовых ситуациях. Заканчивается глава описанием долгосрочных программ работы в местных сообществах, сильно пострадавших от исчезновений.

Редко, но все-таки бывает, что пропавшие без вести появляются снова. Данная тема кратко освещена в восьмой главе.

Где бы люди ни сталкивались со столь тяжелой ситуацией, как насильственные исчезновения, они оказываются перед лицом неопределенности и связанной с ней беспомощностью. Неразрешенная скорбь и страх, преследующие родственников пропавших без вести, отражаются также и на тех, кто оказывает им помощь. Поэтому в последней главе я уделяю внимание такой важной теме, как психогигиена.

Многие затронутые в данной книге темы заслуживают более широкой дискуссии. Научные исследования могли бы помочь лучше понять всю сложность ситуации, в которой оказываются близкие пропавших без вести. Надеюсь, что данная работа послужит импульсом для дальнейшего научного и практического изучения этой темы.

I. Скорбь как реакция на утрату

1. Утрата без прощания

Бесследное исчезновение близкого человека – это всегда потеря при особо тяжелых обстоятельствах. При насильственном исчезновении родственники пропавшего сталкиваются с не поддающимся объяснению, неожиданно возникшим отсутствием одного или нескольких близких людей. Притом, что в регионах с политически напряженной обстановкой люди часто подвергаются опасности исчезновения, понимают это и испытывают страх, все же эти исчезновения почти всегда внезапны и люди оказываются к ним не готовы. При исчезновениях люди не имеют возможности проститься друг с другом, а ведь осознанное прощание бывает так важно перед разлукой навсегда.

1.1. Значение прощания

Чтобы обрести способность принять такое чудовищное событие, как смерть любимого человека, ритуалы абсолютно необходимы. Многим очень помогает возможность в последний раз увидеть тело умершего и дотронуться до него. Прежде всего, это блокирует фантазии, что все остается по-прежнему, что человек все еще жив и скоро вернется. Кроме того, это позволяет, особенно в случае внезапной смерти, попрощаться со знакомым образом, любимыми чертами (Kübler-Ross, 1984). Только после того, как факт физической смерти принят, можно «позволить» человеку умереть «социально», т. е. начать скорбеть о нем и планировать свое будущее без него. Это крайне болезненный процесс. На Шри-Ланке, например, в ритуалах погребения и оплакивания откровенно демонстрируются видимые проявления смерти, что крайне важно с психологической точки зрения. Тело выставляется для прощания на открытом помосте, где его может видеть и семья, и все местное население. Принято фотографировать покойного. Люди воспринимают смерть как одну из реалий жизни. Благодаря ритуалу прощание обретает определенную форму, и это часто облегчает расставание навсегда.

Особенно внимательно следует учитывать нужды и пожелания скорбящих. Если в случае насильственной смерти родственники не хотят видеть погибшего, чтобы не утратить образ живого невредимого человека, то в этом, разумеется, необходимо пойти им навстречу. В таком случае прощание может осуществиться через фотографии и другие памятные вещи.

Важно, чтобы люди имели возможность выразить свое горе и свои чувства. Согласно Э. Кюблер-Росс (Kübler-Ross, 1984, с. 65), применение успокоительных средств лишь вуалирует боль и может привести к отложенным и тяжелым реакциям.

У тех, чьи близкие пропали без вести, нет никакой возможности провести ритуал прощания и похорон. Боль от потери не может найти такого выражения, которое стало бы признанием факта смерти и не оставляло бы надежды на то, что любимый человек жив. Работавший в Чили психоаналитик Давид Беккер говорит – в контексте структурного насилия, к которому относится и пропажа без вести, – о «запрете» на скорбь. Чтобы не погибнуть от отчаяния, ее подавляют и избегают (Becker, 1992, с. 41).

Елена Николетти описывает потерю пропавшего без вести как повергающую в смятение и непостижимую:

«Если взглянуть с фактологической точки зрения: означает ли исчезновение... потерю? Если да, то это очень своеобразная потеря,

поскольку, прежде всего, не известно, в чем она состоит. Пропавший человек – это некто, кто больше не находится там, где обычно находился, никто не знает где он сейчас, и его бытие отрицается... Считать пропавшего без вести мертвым – значит признать, что его существование не признается не только как живого, но и как мертвого».
(Elena Nicoletti, 1988, с. 58).

Пропавший без вести как будто потерян дважды: отсутствие тела – живого или мертвого – ставит под вопрос существование человека вообще.

1.2. Насильственное исчезновение – террор препятствует скорби

Насильственные исчезновения нарушают права человека и являются грубой формой террора против политических, этнических, религиозных противников. Родственники при этом попадают в очень сложную ситуацию – часто у них нет возможности ни навести о пропавшем справки, ни начать его поиск, им самим угрожают.

Если люди разлучаются друг с другом во время гражданской войны, то в условиях царящего хаоса социальные структуры, которые могли бы помочь в поисках близкого человека или в предоставлении информации о нем, либо отсутствуют, либо их крайне мало. Порой чтобы выжить, людям даже приходится самим отказываться от поисков.

Вместо того чтобы обрести социальную поддержку, как это обычно бывает в случае смерти, родственники без вести пропавших часто оказываются брошены родными и друзьями.

1.3. Отсутствие ритуалов

С пропавшим без вести нельзя попрощаться, нет и тела, которое можно было бы похоронить. Нет никаких документов, подтверждающих, что это расставание навсегда. Поэтому нет и ритуалов, которые могли бы помочь принять разлуку. Отсутствует и социальная поддержка окружающих, которая во многих культурах сопровождает ритуалы траура и скорби.

1.4. Надежда на то, что разлука не вечна

Надежда, что пропавший без вести все-таки появится вновь, остается. Это ведет к состоянию ступора и ставит вопрос о том, можно ли вообще в таких случаях говорить о скорби. В течение первых недель, месяцев, а зачастую и лет скорбь воспринимается как предательство по отношению к пропавшему, человек предпринимает все, чтобы не терять надежды на встречу.

При этом потеря уже произошла: отношения, какими они были до исчезновения, окончательно утрачены. Если человек появится снова, все равно будет существовать невосполнимый отрезок жизни, прожитый вдали друг от друга.

Наташа Кампуш, которая была похищена еще маленьким ребенком и затем долгое время считалась пропавшей без вести так описывает время разлуки со своей матерью:

«Восемь с половиной лет, в течение которых мое сердце разрывалось... Вся юность – без семьи. Каждое рождество, все дни рождения – с одиннадцати до восемнадцати лет, бесчисленные вечера, когда я жаждала хоть одного ее слова, одного прикосновения».
(Kampusch, 2010).

1.5. Пропавший без вести как центральная ось семьи

Физически отсутствующий, возможно, уже умерший человек становится центром жизни социальной группы, семьи. Часто это становится причиной психопатологических реакций.

«Исключительное, не вписывающееся в рамки обычного, состояние становится нормой, несущей на себе отпечаток табу и запретов: именно о том, что тяготит всех в равной мере, нужно молчать, нельзя говорить о печали и страхе. Возникает внутрисемейный паттерн депрессивного поведения»

(Becker, 1992, с.88).

Пропавшего либо идеализируют, либо, наоборот, представляют в черном свете. Причем одна крайность может переходить в другую. При возведении пропавшего в идеал его близкие безуспешно пытаются сделать все возможное или хоть что-нибудь для пропавшего без вести, придать ему безупречный образ, продолжив таким образом его жизнь.

При очернении пропавшего на него проецируется агрессия: «Если бы он, будучи человеком, ответственным за семью, не лез в политику, мы не попали бы теперь в такое ужасное положение».

В данной работе я пытаюсь максимально приблизиться к пониманию всей сложности обозначенной темы через осмысление процессов горевания в «обычных» обстоятельствах, т. е. когда известно, как именно произошла смерть, когда возможно погребение в соответствии с принятыми ритуалами. Через понимание таких процессов должно стать понятно, что может означать для родных и друзей потеря близкого человека при его исчезновении, и чего им стоит в этих обстоятельствах продолжать жить и двигаться вперед.

2. Развитие человека в социальную личность

Чтобы подойти к теме реакции на бесследное исчезновение, прежде всего необходимо понять, как и почему мы, люди, строим наши отношения и что влечет за собой утрата этих отношений. Потеря или расставание могут коснуться человека на любом этапе его жизни. Р. Дж. Лифтон полагает, что нам следует понимать жизнь и смерть как некое единство. Событие рождения уже содержит в себе потенциальный опыт жизни и смерти.

*«Акт рождения активизирует у ребенка врожденный потенциальный образ его жизни и смерти и, более того, дает первую модель для объединения обоих этих компонентов. Внеутробная жизнь начинается с изгнания плода»
(Lifton, 1979, с. 58).*

Жизнь начинается с радикального физического отделения от тела матери. Окружающий мир вдруг драматически изменяется, новорожденный соприкасается со множеством новых раздражителей. Следовательно, рождение может рассматриваться как причина наших более поздних страхов.

*«При отделении и столкновении с новой окружающей средой ребенок, по-видимому, способен пережить самораскрытие – приток жизненной энергии и динамики движений, первый момент автономии тела. Изгнание из утробы и появление на свет, эквивалент гибели и энергия жизни, прообраз смерти и возрождения – диалектика присутствует здесь с самого начала»
(там же, с. 59).*

Наше представление о смерти базируется на ее «эквивалентах»: расставании, распаде и стагнации. Эти три переживания имеют место с самого начала жизни, они становятся моделью для чувств, которые испытываются позже – с приближением смерти. У всех этих трех «эквивалентов смерти» есть жизнеутверждающие антиподы. Разлуке противостоит контакт, привязанность, распаду – целостность, а стагнация является противоположностью движению, развитию.

*«Эти три параметра связаны с конкретными чувствами... В то же время они достаточно общи, чтобы применять их к разным уровням человеческого опыта – от его первоначального физиологического характера при родах до более сложного психического и этического расцвета в течение жизни»
(там же, с. 53).*

Все три параметра немыслимы без своих антиподов. Расставание – привязанность являются, согласно Лифтону, основополагающими переживаниями в человеческой жизни.

Чтобы понять психологическое воздействие разлуки, а через это и последствия исчезновения без вести кого-либо из родственников, в первую очередь важно изучить формы привязанности к близкому человеку.

2.1. Надежность отношений мать-ребенок

Э. Эриксон понимал под базисным доверием (Basic Trust) первое детское ощущение того, что жизнь – надежная штука: мать либо другой близкий человек реагирует на потребности ребенка и удовлетворяет их.

Если же потребности маленького ребенка слишком часто игнорируются или если реакция на них неадекватна, то у ребенка формируется базисное недоверие (Basic Mistrust).

Поведение привязанности развивается у детей достаточно медленно. Это позволяет формироваться последовательности внутренних образов, пока ребенок не научится совладать с привязанностями и разлуками.

*«Эта совокупность образов в свою очередь предоставляет ему большие возможности для воображения, а с другой стороны, он становится очень восприимчив не только к разлуке со своими воспитателями, но и к разлуке в более широком смысле»
(Bowlby, 1969, с. 60).*

Дж. Боулби описывает три фазы скорби при разлуке с матерью у детей в возрасте от 15 до 30 месяцев: протест-отчаяние-отделение, или отрыв (protest-despair-detachment).

Протест выражается в основном через «гнев» и слезы и является попыткой вернуть мать. Через несколько дней наступает отчаяние. «Громкий» протест прекращается, но безнадёжная жажда ребенка вернуть мать остается очевидной. В фазе отрыва ребенок в конечном итоге смиряется с тем фактом, что мать потеряна безвозвратно, что, однако, опять сопровождается гневом и агрессией.

В различных исторических и культурологических моделях социализации мы находим один общий принцип: чтобы ребенок рос здоровым, ему нужны «теплые», надежные привязанности. Эмоциональные привязанности жизненно важны и составляют ключевую необходимость в жизни любого человека. Связь с матерью чрезвычайно важна и при попытке понять человека как изначально биологическую сущность.

*«Человек – это биологический организм, с рождения развивающийся в социальном контексте, который начинается с привязанности мать-ребенок... Привязываясь к тем, кто за ними ухаживает, дети входят в постоянный контакт с сильным покровителем. Гарантированность безопасной „базы“, куда они всегда могут вернуться после собственных исследований окружающего мира, способствует уверенности в себе и автономности»
(B. van der Kolk, 1987, с. 31f).*

Только если ребенок чувствует себя в безопасности под родительской опекой (которую мы понимаем в широком смысле – включая опеку приемных родителей), он может исследовать и познавать окружающий мир. Из этого следует, что ранняя травматизация ребенка, связанная с потерей близкого человека, означает также утрату доверия и защищенности, обеспечиваемых близким человеком.

Достаточно потерять зрительный контакт с матерью, чтобы дети чувствовали себя неуверенно и испытывали страх перед разлукой. Пока дети не имеют представления о будущем, разлука с матерью для них непереносима. Только после того, как ребенок овладел понятием постоянства объекта, для него становится возможным ожидание матери. Однако это зависит от временных рамок разлуки и объяснения, которое было дано ребенку относительно отсутствия матери. Д. Винникотт (Winnicott, 1971) полагает, что ребенок, разлученный с матерью, может пережить ее отсутствие, как смерть. Какое-то время ребенок верит в возвращение матери, но если граница терпения достигнута – а для одного ребенка это могут быть несколько дней, для другого – лишь несколько минут, – ребенок считает мать умершей. Эта фаза связана с сильными чувствами гнева, страха и отчаяния.

2.2. Теория привязанности по Боулби

Теория привязанности (Theory of Attachment) была сформулирована Боулби (Bowlby, 1958). Он исходит из того, что отношения с любящей матерью или с каким-либо другим опекуном представляют собой основу для всех последующих близких отношений.

*«В ходе здорового развития поведение привязанности ведет к образованию чувственных привязанностей – сначала между ребенком и родителями, а позднее – между взрослыми людьми. Формы поведения и связи, установившиеся на их основе, присутствуют и проявляют себя на протяжении всего жизненного цикла»
(Bowlby, 1983, с. 58)...*

Боулби описывает «первичную социальную привязанность» (primary social bond) между матерью и ребенком как прототип для всех последующих отношений. Коллеги Боулби изучили характерные для разного возраста формы привязанности к самому близкому опекуну. Примерно с трехмесячного возраста ребенок научается различать людей, которые к нему подходят. В 7–8 месяцев ребенок фиксируется на каком-то одном человеке; к полутора годам почти все дети начинают испытывать привязанность к нескольким людям, пользующимся их доверием (Schaffer, Emerson, 1964).

М. Эйнсуорт (Ainsworth, 1978), работавшая вместе с Боулби, исследовала, как годовалые дети реагируют на то, что мать покидает комнату и спустя некоторое время возвращается. Позже это исследование было распространено и на детей более старшего возраста.

Были описаны три типичных формы привязанности маленьких детей:

1. *Уверенная (безопасная) привязанность*: дети способны выражать свои чувства при расставании с матерью или близким человеком. Кто-то из них плачет, кто-то рассержен. Дети пытаются активно справиться с разлукой, ища мать, осмысливая ее отсутствие, прорабатывая ситуацию в игре. При возвращении матери они демонстрируют радость от встречи и ищут контакта с ней, чтобы затем продолжить прерванную игру.

2. *Тревожно-амбивалентная привязанность*: при расставании с матерью дети страдают и испытывают страх, пытаются предотвратить расставание всеми возможными средствами. Они безутешны и не могут успокоиться, пока мать отсутствует. По ее возвращении дети требуют, чтобы она отдала им все свое внимание и нуждаются в утешении с ее стороны в течение продолжительного времени.

3. *Тревожно-избегающая привязанность*: кажется, что дети игнорируют как расставание с матерью, так и ее возвращение. При этом, однако, в эксперименте Эйнсуорт у таких детей была обнаружена физическая стрессовая реакция, выраженная в повышенном содержании кортизола и учащенном пульсе. Это указывает на то, что даже маленькие дети пытаются скрыть свой страх и беспомощность.
(Bowlby, 1983; Rehberger, 2004).

Позже Мэри Мэйн (Main, 1986) описала еще одну, четвертую, форму привязанности – *небезопасная привязанность дезорганизованного типа*. Дети, относящиеся к группе с такой формой привязанности, проявляют неоформленную реакцию на разлуку, например, после возвращения родителей они обращаются к ним лишь на короткое время, либо их поведение выражается, например, в топтании на одном месте, выглядят они при этом апатичными, оцепеневшими.

Изначальное значение привязанности Боулби видел в биологической необходимости обеспечения выживания. Чтобы быть активным членом общества и продолжить свой род, человек нуждается в глубоких, содержательных, долговременных отношениях. Таким образом, отношения привязанности абсолютно логичны и необходимы с точки зрения эволюции. В то время как в ходе культурного развития человечества значение этой первичной функции снизилось, рефлексивная функция, умение проникаться чувствами другого человека остались существенными. При этом на способности понимать психологическое состояние других основана и способность к пониманию самого себя.

«Понимание других людей прокладывает путь к пониманию самого себя. Многослойное взаимодействие между ребенком и опекуном испытывает сильное влияние со стороны отношения привязанности в диаде с матерью, в триаде с матерью и отцом и во множественных отношениях в семье – с братьями, сестрами и родителями ребенка» (Rehberger, 2004, с. 27).

Надежная привязанность обеспечивает безопасность и доверие, и, следовательно, целью успешного поведения привязанности может считаться достижение этого самого чувства безопасности и доверия.

«В той мере, в какой близкий человек может устранить неуверенность плачущего и цепляющегося за него ребенка, взяв того на руки, успокаивая и утешая его, в ребенке развивается вера в привязанность и реальность источников безопасности и доверия... Уверенная привязанность способствует, таким образом, развитию последующей уверенности в себе, чувства собственного достоинства, а также приобретению полезных межличностных навыков» (там же, с. 28–30).

Уверенная привязанность дает ребенку возможность удаляться от близкого человека и исследовать окружающий мир.

«Младенец или маленький ребенок, чувствуя себя уверенным и защищенным, способен исследовать окружающий мир. В случае опасности он в любой момент может вернуться на свою „надежную базу“. Без уверенной привязанности невозможны никакие исследования» (Veith, 2008, с. 6).

Если же желание привязанности постоянно фрустрируется, это может привести к растущей неуверенности и страху либо к подавлению нужды в привязанности.

Взрослые в своем поведении также демонстрирует три вышеописанных типа привязанности: уверенную, тревожно-избегающую и тревожно-амбивалентную, а также паттерн небезопасно-дезорганизованного поведения (Ainsworth, 1978, Rehberger, 2004).

При уверенной привязанности ребенка у него может быть развит положительный образ Я и эмпатическое понимание других людей. Привязанность способствует развитию самостоятельности и собственных навыков.

Важным аспектом отношений привязанности является также регулирование аффектов. Благодаря уверенной привязанности уходит страх, благодаря утешению стихает боль, гнев осознается и одновременно смягчается. Отклик на положительные чувства может эти чувства усилить.

Через привязанность формируется чувство принадлежности к определенной семье, социальной группе или культуре, а в связи с этим развивается идентичность – семейная, профессиональная, общественная.

Как необходимость в уверенной привязанности, так и растущее желание автономии у подрастающего ребенка представляют собой его основные потребности и способствуют его развитию.

«Успех взаимодействия потребности в привязанности(а через нее и признания других) с одновременной потребностью в автономии и независимости является жизненно важным для установления между взрослыми полных смысла отношений, которые, в свою очередь, составляют важнейший компонент счастливой и благополучной жизни. Опыт уверенной привязанности вносит свой вклад в преодоление противоречивости нашей личности»
(Rehberger, 2004, с. 32).

2.3. Переходные объекты и феномены

Если поначалу ребенок воспринимает окружающий мир и, в частности, грудь матери как часть самого себя, то затем возникает необходимость в разграничении между Я и внешним миром.

«Объект воплощает переход ребенка из состояния слияния с матерью в состояние связанности с матерью как с чем-то внешним и отдельным. Часто это называют моментом, когда ребенок вырастает из нарциссического типа связи с объектом,... пропуская при этом зависимость, которая так существенна на самых ранних фазах, пока ребенок не уверился в том, что может существовать нечто, не являющееся частью его самого»
(Winnicott, 1971, с. 14f).

Переходные объекты способствуют процессу принятия дифференциации. Они принадлежат ребенку, но не являются им самим.

«Переходный объект служит посредником для того, чтобы ребенок открыл, для себя разницу между внутренним и внешним. Это реальный объект, имеющий в то же время символическое значение. Это не грудь и не мать... Полностью сформировавшийся переходный объект может на какое-то время стать для ребенка важнее матери»
(Winnicott, 1951; с. 233, 235).

Хотя, на первый взгляд, практически ничем не оправданным выглядит то, что какой-то объект может стать для ребенка важнее собственной матери, но при внимательном рассмотрении можно видеть, какую колоссальную разгрузку это дает как ребенку, так и матери или другому опекуну. С этим символом ребенок может отправиться на поиски далекого внешнего мира, в то время как мать хоть немного освободится от симбиотических отношений со своим ребенком.

Переходный объект характеризуется правом ребенка считать его полностью своим, любить его, быть к нему привязанным но и изливать на него свой гнев и разочарование. Никому, за исключением самого ребенка, не разрешается менять переходный объект. Это подлинный объект, а не галлюцинация. Если по прошествии времени он потеряет свою важность, его можно забыть и больше о нем не печалиться (Winnicott, 1971).

Хотя, если в дальнейшей жизни ребенку придется испытать тяжелое расставание, переходный объект может снова стать необходимым:

«Паттерны, возникшие в младенчестве, могут проявляться и в более позднем детском возрасте. Так, например, первая мягкая игрушка продолжает оставаться нужной, когда ребенок укладывается спать или в моменты одиночества, или когда грозит депрессивное настроение... Потребность в специальном объекте или поведенческом паттерне, появившихся на самой ранней стадии жизни, может вновь обнаружиться в старшем возрасте, когда есть угроза каких-либо потерь» (Winnicott, 1971, с. 6).

Переходные объекты могут сохранять свою важность в течение всей жизни человека либо приобретать ее снова в кризисных ситуациях. Р. Гринсон (Greenson) описывает одну из своих пациенток, которая успокаивала себя на сеансе психоанализа тем, что поглаживала текстильные обои. Эти обои выступали для нее в качестве переходного объекта из раннего детства и давали чувство эмоциональной защищенности (ср.: Greenson, 1978). На примере другого случая Гринсон в наглядной форме показывает ослабление страха расставания через использование символического переходного объекта. После того, как психоаналитик предупредил пациентку, что сеансы будут на несколько недель прерваны в связи с его отъездом, та была поначалу очень расстроена, однако затем нашла объект, который стал символизировать для нее аналитика.

«Я стал белым конем из набора шахматных фигур. Осознание этого тотчас вызвало в ней чувство комфорта, даже триумфа. Белый конь был защитником, он принадлежал ей, она могла носить его с собой куда угодно, он присматривал за ней, а я мог делать все, что мне заблагорассудится, ... не будучи вынужден волноваться за нее» (Greenson, 1978; с. 207).

Здесь мы также наблюдаем, как и пациентка, и аналитик испытывают облегчение. Разумеется, требуется известная степень зрелости, чтобы пациентка была в состоянии преодолеть страх разлуки при помощи переходного объекта и отпустить своего аналитика.

В психотерапевтической и психосоциальной работе с людьми, перенесшими тяжелые потери, концепция переходных объектов приобрела для меня большое значение. Такие объекты можно использовать сознательно, чтобы помочь себе лучше перенести разлуку с дорогими людьми.

Пример из австрийской практики:

Шестилетнего мальчика привела на психотерапию его мама, находящаяся на большом сроке беременности. Мальчик не мог находиться в школе без матери: во время урока она вынуждена была находиться или в классе, или за дверью, чтобы у него не началась паника. Кроме того, он снова начал мочиться в постель. За несколько недель до этого отец мальчика за свои преступные действия был прямо среди ночи арестован отрядом полиции. Полицейские в черном, с масками на лицах вломились ночью в дом и застали спящую семью врасплох.

В кабинете психотерапевта стоит корзина с разными куклами и мягкими игрушками. Маленькому пациенту можно выбрать что-нибудь из этого и взять с собой. Он выбирает черного чертенка (размером примерно пятнадцать сантиметров) с красными рогами, но с очень приветливым лицом.

Через две недели психотерапевт спрашивает ребенка, остались ли у него проблемы с недержанием мочи. Тот отвечает отрицательно и с

гордостью объясняет, что он больше не боится ходить ночью в туалет, так как теперь чертенок всегда с ним и охраняет его. Через несколько дней он разрешает матери покинуть школу, поскольку у него всегда с собой игрушка, символизирующая для него защиту и безопасность.

Часто вещи, хранящие воспоминания о любимом человеке – умершем или пропавшем без вести – очень важны для облегчения скорби.

Пример из практики в Шри-Ланке:

Консультант рассказывает о десятилетней девочке, у которой уже несколько месяцев парализована нижняя часть тела. Кроме того, она страдает от сильных приступов головокружения и обмороков. Причин органического характера у этого тяжелого недуга нет. На супервизии консультант рассказывает, что примерно полгода назад у этой девочки внезапно умер от инфаркта отец. Это произошло, когда он ехал на велосипеде. Мы можем трактовать физические симптомы девочки как символизацию отца и как непрекращающуюся связь с ним. Тем, что она перенимает симптомы, которые, по всей вероятности, пережил ее отец в последние моменты своей жизни, она соединяется с ним и «продлевает» таким образом его жизнь.

Мы разрабатываем другие, более здоровые для девочки возможности сохранить связь с отцом, приняв в то же время его смерть и необходимость отпустить его как физический объект, репрезентированный в ее собственном теле. В ходе психологической консультации картинкам, браслетам и другим вещам, которые отец дарил девочке, должно быть уделено целенаправленное внимание. И если девочке удастся осознать эти объекты как представляющие ее отношения с отцом, она сможет освободиться от мучительных физических симптомов.

2.4. Между родительским домом и друзьями

Со временем группа ровесников становится для подростка все более важной частью его жизни. Молодой человек должен покинуть родительский дом и добиться самостоятельности. Группа сверстников способствует переходу подростка от роли ребенка в первичной семье к эмоциональной зрелости. Друзья по школе и товарищи по играм приобретают для ребенка все большее значение, в то время как семья остается, как и прежде, важнейшей референтной группой.

У подростков сверстники постепенно смещаются в центр внимания. П. Блос (Blos, 1979) описывает переходный возраст как «второй значительный шанс». Группа сверстников может компенсировать дефицит и нестабильность семейной жизни. Подросток воспринимает новые ролевые модели и осваивает их. В кругу друзей новые ощущения принадлежности и признания формируют основу для переосмысления подростком собственной индивидуальности. При этом подросткам из устойчивых родительских семей существенно легче, чем детям из не слишком счастливых семей, интегрироваться в группу сверстников и обрести в ней свою идентичность.

Юношеский возраст означает смену естественной детской зависимости на автономию взрослого человека. На этой переломной стадии мир часто видится в форме абсолютов: нечто является либо плохим, либо хорошим; либо активным, либо пассивным; либо любовью, либо ненавистью: компромисс не может быть ни достигнут, ни тем более признан (Blos, 1979).

В большинстве случаев эта юношеская стадия является переходной к приобретению способности к более зрелой дифференциации. В позднем юношеском возрасте должно произойти дальнейшее отделение от ближайших родственников.

В тех аспектах жизни, где молодежь не доверяет миру взрослых, развиваются особенно сильные привязанности к группе сверстников. Это отражается, например, в склонности к насилию в группах, существующих в таких психологических условиях, когда превалирует потребность в разрушении созданной взрослыми внешней реальности, представляющей опасность для идентичности группы. Когда групповая идентичность ставится выше индивидуальной, вплоть до полного отказа от собственной индивидуальности внутри группы, коллективная идентичность и вытекающая из этого общность может создавать у членов группы ощущение всемогущества (Kernberg, 1984).

Некоторые подростки испытывают чувство принадлежности исключительно к группе сверстников – они полностью подчиняются ей, отказываясь от других социальных и эмоциональных привязанностей, порой доходя в этом вплоть до саморазрушения.

«Будучи не в состоянии вернуться невредимыми в лоно семьи, они, как правило, склонны к развитию отношений „цепляния“ и зависимости либо с какой-нибудь фигурой противоположного пола, либо с членом группы того же пола»
(van der Kolk, 1987, с. 158).

В то время как юноши стараются скрыть свои страхи и одиночество за испытаниями себя на мужество и асоциальное поведение, девушки скорее склонны к привязанностям к «трудным» партнерам мужского пола и пытаются получить от них то внимание и расположение, которых они были лишены в родной семье.

3. Переживание потерь в детстве

У детей, чья привязанность к их первичным близким людям нарушена либо разрушена, развиваются различные симптомы: во многих ситуациях они демонстрируют слишком острые реакции и переносят неуверенность и страх с большим трудом. Их реакции варьируются от моторной гиперактивности до депрессивного ухода в себя.

Горящие дети недоверчивы и «цепляются» за оставшихся близких – прежних и новых. Они почти не участвуют в играх со сверстниками, стесняются вступать в новые социальные контакты (van der Kolk, 1987).

Р. Шпитц (Spitz, 1967), а затем М. Малер (Mahler, 1975) и Дж. Боулби (Bowlby, 1973) описали последствия, которые несет детям расставание с матерью. Если разлука с ней либо с другим близким человеком длится слишком долго, это воспринимается как нечто непереносимое и переживается как травма.

Дети считают себя центром мира. Но это означает также и то, что они считают себя виновниками всего, что происходит в их жизни, и порой страдают от тяжелого чувства вины. Если «исчезает» один из родителей, то ребенок может нафантазировать, что это наказание, и после совершенного им покаяния мать или отец вернутся. Фантазии о наказании могут вселять в ребенка еще больше неуверенности и мучить его:

*«Он мог бы подумать, что его наказывают за плохое поведение и что близкие собираются его бросить»
(van Dexter, 1986, с. 161).*

3.1. Детские стратегии совладания с горем

Реакции детей на потерю близкого человека различны в зависимости от их возраста. Краткий обзор таких возрастных реакций, который представляет интерес также и в контексте насильственных исчезновений, дает Джэнис ван Декстер (van Dexter, 1986). Она предлагает следующую классификацию:

Дети в возрасте от 4 месяцев до 2–2,5 лет реагируют продолжительными симптомами стресса, в то время как 2–5-летние уходят в регресс. Это проявляется прежде всего в «цеплении» и в таких просьбах, которые невозможно удовлетворить.

Это описание совпадает с тем, что я постоянно слышала в разговорах с женщинами в лагерях беженцев в Шри-Ланке. Например, одна женщина, которая взяла к себе свою племянницу, рассказала, что не может оставлять ее одну, поскольку девочка постоянно нуждается в том, чтобы тетя была рядом. Мать девочки погибла при одной из бомбежек, а отец пропал без вести. Женщины в лагерях беженцев рассказывали о такой форме регресса и в связи с детьми более старшего возраста – до 12 лет.

Как следующую ван Декстер называет группу 5–8-летних. В этом возрасте когнитивные способности детей уже развиты достаточно, чтобы осознать потерю. При этом дети могут скрывать свои чувства и слезы, чтобы не выбиваться из группы сверстников. Именно данному возрасту особенно свойственны фантазии отрицания нежелательной действительности – «все это неправда, и любимый человек жив». Если близкий пропал без вести, подобные фантазии еще больше препятствуют скорби.

Дети в возрасте примерно 8–12 лет часто реагируют шоком и отрицанием. В таком возрасте смерть уже доступна пониманию.

«Теперь ребенок ощущает угрозу смерти. Не исключено, что он сопротивляется общению со взрослыми. А может быть, он пытается

вести себя как взрослый в своих попытках победить боль и горе от потери и свою беспомощность. Часто в этой возрастной группе скорбь проходит незаметно, особенно если ребенок старается не демонстрировать свои чувства, а остается замкнутым, пока со временем он не признаёт свою печаль и горе»
(Van Dexter, 1986, с. 160).

К описанным формам поведения нужно отнестись серьезно, особенно если ребенок потерял одного или обоих родителей во время политических волнений. Тем более, если близкий человек пропал без вести, – в этом случае ситуация усугубляется неизвестностью и отсутствием безопасности. Общая нестабильность и неопределенность ситуации вкупе с политизацией скорби ведет к тому, что взрослые уделяют мало внимания детям, реакция которых внешне спокойна и малозаметна. Из-за их взрослого поведения и они сами, и их потребности игнорируются.

В заключение ван Декстер описывает группу подростков, которые демонстрировали именно такое – зрелое и сдержанное поведение.

«Если подросток не в состоянии горевать открыто, он может делать это через преувеличенно-взрослое поведение: идентификацию с умершим человеком; депрессию и замыкание в себе; слишком сексуальное или вызывающее тревогу поведение, предназначенное, чтобы не только привлечь внимание, но и снять напряжение, – а также через самонаказание и иногда замещение умершего»
(там же).

В этом, возможно, состоит объяснение того, почему в странах, где идет гражданская война, подростки так легко рекрутируются в солдаты.

Описанное ван Декстер базируется на ее работе со скорбящими детьми в школе. Она создает модель того, как учителя могут поддерживать и помогать таким детям. Главное в этой модели, чтобы в этот период неизвестности и нестабильности школа являла собой островок безопасности. Это означает, в частности, что ребенок должен продолжать соблюдать школьный распорядок дня, включая обязательное посещение и выполнение всех заданий. То, что ребенок хорошо знаком с этим распорядком, обеспечивает ему чувство надежности и стабильности. Помимо этого, однако, ван Декстер подчеркивает, что учителя должны быть особенно внимательны к этим детям и обеспечить им пространство и время для их скорби.

«Ребенок должен быть уверен в том, что его любят, и что сам он нормален»
(там же).

3.2. Последовательная травматизация (Ханс Кайльсон)

Работа Ханса Кайльсона (Keilson, 1979) о последовательной травматизации у детей является во многих отношениях основополагающей. Автор показывает, что травма не может пониматься как отдельное, единичное явление. На самом деле это процесс, который проходит несколько стадий, и психологическое понимание травмы невозможно без учета всей этой последовательности. Кайльсон провел в Нидерландах длительное систематическое исследование выживших в Холокост евреев, которые во времена нацизма, будучи детьми, были разлучены со своими родителями. При этом он создал модель, основанную на трех главных стадиях травматизации:

Предтравматическая стадия, которая уже характеризуется значительным ухудшением ситуации, в которой находится ребенок, и первыми гонениями.

*«В этой фазе – все страхи, происходящие от полного разрушения правовых норм, внезапной обязанности носить желтую звезду и становящегося все более жестким преследования(достигшего высшей точки в облавах и депортациях), от посягательства на достоинство и неприкосновенность семьи, уничтожения экономических основ существования, помещения в гетто, ужасного ожидания приближающихся зверств, неожиданного исчезновения близких, знакомых, друзей, товарищей по играм и школе... одним словом – от тотального разрушения хорошо знакомого окружающего мира»
(Keilson, 1979, с. 56f).*

Вторая, собственно травматическая стадия наступала тогда, когда эти дети скрывались, будучи оторванными от родителей, либо находились уже в концлагере.

*«В этой фазе травматогенные факторы проявляются более явно... Наряду с прямой угрозой для жизни, полным бесправием, нахождением человека во власти враждебного окружения, она характеризуется также длительной стрессовой нагрузкой от лишений, голода, болезней. Кроме того, здесь присутствуют психологические переживания „общей опасности“, такие как физическое и моральное истощение, разрушение социального поведения, особенно в сравнении с установленными культурой нормами – все, что возникает вследствие столкновения с террором, смертью и бесчеловечной эксплуатацией»
(там же, с. 57).*

И наконец, время после краха нацизма Кайльсон описывает как посттравматическую стадию. После войны дети должны были либо вернуться в свои родительские семьи, либо интегрироваться в общество в какой-либо иной форме.

*«Но они „возвращались“ уже совсем в другой мир – не тот, который они вынужденно покинули. Угроза жизни исчезла, принимались меры по их реабилитации – дети и молодые люди столкнулись со множеством задач, которые необходимо было решить, чтобы вернуться к прежним условиям жизни, притом что между ними и другими людьми пролегла бездна, возник огромный пробел в их знаниях и вообще мир кардинально изменился. Часто это вело к усилению конфронтации с пережитыми травмами, а вследствие этого к дальнейшему повреждению психики»
(там же, с. 58).*

Кайльсон разделил исследуемых детей на шесть возрастных групп, исходя из предположения, что влияние разлуки с родителями и последующее выживание в опасных для жизни условиях будут различными в зависимости от фазы развития ребенка.

В первых двух группах маленьких детей (0-18 месяцев и 1,5–4 года) превалировало невротическое развитие характера с трудностями установления контакта и личной и социальной неуверенностью. Дети же старше 4 лет страдали от хронически-реактивных депрессий. У большого числа детей препубертатного возраста (10–13 лет) развился тревожный невроз. Цифры здесь были столь значительны, что Кайльсон классифицировал это как специфически возрастную реакцию. Эмоциональные нарушения, конфликты лояльности и идентичности, а также различные формы нарушения скорби были замечены во всех возрастных группах.

Даже лицам, которым удалось интегрировать травматические события, связанные с разлукой с родителями, было сложно справиться с определенными ситуациями в их дальнейшей жизни.

*«Одной из таких – повторяющихся – сложных ситуаций у участников исследования был, например, период их жизни, когда они достигали возраста своих родителей в момент расставания. Последующие наблюдения показали, что время после рождения ребенка также является моментом, когда воспоминания о собственной матери и идентификация с ней достигают наивысшей эмоциональной остроты»
(там же, с. 268).*

Согласно клинической части исследования Кайльсона, его участники, независимо от возраста, в котором они расстались со своей семьей, испытали в третьей (посттравматической) фазе одну и ту же форму принятия в патронатные семьи.

*«Из клинической части становится ясно, что то, как в третьей стадии дети-сироты были приняты в семьях, не связано с возрастом. Это имеет силу в одинаковой степени как для не еврейской, так и еврейской среды»
(там же, с. 326).*

Прием в семью (независимо ни от возраста, ни от религии новых родителей) характеризуется появлением новых фигур привязанности, дающих детям ощущение безопасности и защищенности. Из этого можно сделать вывод, что для детей какого бы то ни было возраста, травмированных отлучением от родителей, прием в семью чрезвычайно важен в смысле предотвращения их от развития серьезных хронических заболеваний.

Д. Беккер и Б. Вайерманн (Becker und Weyermann, 2006) расширили концепцию Кайльсона до шести стадий.

1. Предконфликтная стадия: весь опыт, накопленный до травматического события, играет роль в том, как человек переживает экстремальное насилие и трагические потери.

2. Начало преследования: эта стадия в значительной степени совпадает с предтравматической стадией, описанной Кайльсоном.

3. Непосредственное преследование – крайний террор.

4. Относительное успокоение – хронификация. Здесь Беккер и Вайерманн разграничивают непосредственные военные действия и злоупотребления и следующее за ними долгое ожидание дальнейшей цепи событий.

*«В периоды войн и притеснений намного больше времени отводится ожиданию новых катастроф, чем переживанию непосредственно происходящей. В этой фазе ожидания, которая называется хронификацией, террор развивает свою полную психологическую силу воздействия на человека, поскольку у того много времени на то, чтобы осознать собственную боль и травмы и ожидать угрозы новых злодеяний, страх перед которыми усиливается с течением времени»
(Becker und Weyermann, 2006, с. 191).*

Это очень существенно в контексте пропавших без вести близких: страх перед тем, что может произойти с дорогим тебе человеком или, возможно, происходит в данный момент, постоянно психологически нагружает родственников.

5. Переходная стадия. Здесь речь идет о фазе перемирия после гражданской войны или о периоде перехода от диктатуры к новой форме правления, в которых появляются зачатки

свободы, но репрессии все еще сохраняются. Такой пример мы находим в переходном периоде после Арабской весны 2011 года.

*«Здесь сначала становится возможным представление о будущем, но одновременно с этим становится очевидным, что это будущее сохраняет неизменность прошлого и никогда не будет от него свободно»
(там же).*

В этой стадии нестабильности и неопределенности много сходства с той ситуацией, в которой находятся люди, ищущие убежища: они хоть и прибыли в безопасную страну, но неизвестно, разрешат ли им там остаться.

6. После преследования. Эта стадия, которая в значительной степени совпадает с третьей стадией Кайльсона, является по своей природе наиболее сложной. Как сложится ситуация у пострадавшего, насколько он будет в дальнейшем уязвим, тесно связано с политическими условиями и тем, как жертва будет принята обществом.

Главным на всех трех стадиях последовательной травматизации является утрата отношений с близким человеком (в данном случае – прежде всего вследствие его исчезновения). Дети разлучены со своими родителями, братьями и сестрами, с остальными членами семьи, своим социальным окружением, и почти во всех случаях – это разлука навсегда. Часто нет никакой информации об обстоятельствах смерти родных. Из-за этого скорбь часто оказывается ненормальным образом затянутой – она обнаруживалась и в позднем исследовании Кайльсона 1971 года у ставших давно взрослыми детей – жертв Холокоста.

В качестве иллюстрации приводится пример 11-летней Эстер, которая была свидетельницей того, как забрали и увели ее мать и бабушку, и которая впоследствии была спрятана своей тетей (Keilson, 1979, с. 235).

«По окончании войны она была твердо убеждена, что мать вернется, ждала ее каждый день. Надежда усилилась, когда из концентрационного лагеря вернулись ее дядя и вторая тетя. Эстер была настолько уверена, что ее мать жива, что в нетерпении спросила своего дядю-опекуна, когда же, наконец, вернется, ее мать. Дядя раздраженно ответил: „Откуда мне знать! Убирайся отсюда!“. Этот ответ потряс ее, она запомнила его навсегда. Лишь много позже она поняла, что своим вопросом невольно задела дядю за живое. С того времени все свои мысли и фантазии о матери Эстер оставляла при себе... В годы, о которых рассказывает Кайльсон, она часами в апатии сидела в своем кресле, вздрагивая от каждого звука; из дома выходила редко – дети делали для нее необходимые покупки. Бывали периоды, когда она ездила к тете, чтобы поговорить с ней о „прежних временах“. Она все еще оставалась ребенком, который ждет возвращения матери. При этом сама она была матерью, воспитывающей собственных детей. За такую двойную жизнь ей приходилось платить – время от времени она чувствовала себя истощенной».

Утрата отношений в детстве при травмирующих условиях препятствует естественной скорби и потому может сказываться на протяжении долгого времени. Как часто в зонах военных действий и террора дети становятся жертвами внезапной смерти или исчезновения родителей, однако редко они получают помощь в принятии этой потери и преодолении горя.

3.3. Необходимость делиться правдой с детьми

Оставшиеся в живых родители часто думают, что щадят своих детей, не говоря им правды о «пропавших» родственниках. Однако, очевидно, что отстранение от имеющейся

информации является для детей даже большей нагрузкой. По реакциям взрослых дети, разумеется, замечают, что, скорее всего, случилось нечто ужасное. Высказываемые в их адрес слова успокоения не совпадают с эмоциями и действиями родителей или других близких. В таком случае дети остаются наедине со своими фантазиями и рисуют себе самые ужасные картины, какие только могут вообразить. Говорить о своих страхах нельзя, поскольку формально в семье «все в порядке». В то же время порой дети даже чувствуют свою ответственность за исчезновение. Но в ситуации полного отрицания тяжелой правды ребенку не доступны никакие объяснения, которые могли бы освободить его от подобных мыслей. Даже совсем маленькие дети чувствуют, что взрослые, вероятно, не могут справиться со случившимся и потому пускаются в отрицание. Это может привести к обмену ролями, когда дети становятся защитниками своих родителей, подыгрывая им в их лжи. Разумеется, при этом дети испытывают сильное перенапряжение.

Одна мать, которая на протяжении месяцев скрывала от дочери смерть ее отца (которая произошла в больнице вследствие тяжелой болезни), случайно услышала разговор девочки с подругой. На вопрос, где ее папа, девочка ответила, что он умер. Мать была потрясена и сбита с толку, поскольку едва ли не каждый день говорила дочери о прикованном к постели отце, которого, к сожалению, нельзя навестить в больнице. При этом обе фантазировали, какой будет их жизнь, когда выздоровевший отец снова будет с ними.

Маленькая девочка защищала мать от чудовищной правды, что на самом деле подвергало ее отношения с матерью, скрывавшей важнейшую информацию, большому напряжению.

Помощь родителям в обретении способности сказать детям правду является важнейшей целью психотерапевтической работы с ними (см. также гл. VI, раздел 4).

4. Скорбь и процессы скорби

Скорбь – очень многослойный процесс, состоящий из чувств, когний и действий. Он помогает пережить разлуку, потерю и покинутость. Фрейд пишет:

«В чем состоит работа, проделываемая скорбью? Я полагаю, не будет никакой натяжки, если изобразить ее следующим образом: проверка реальности показала, что любимый объект больше не существует, и велит отозвать все либидо, связанные с этим объектом. Против этого поднимается вполне понятное сопротивление – вообще, наблюдается, что человек нелегко оставляет позиции либидо, даже в том случае, когда ему предвидится замена. Это сопротивление может быть настолько сильным, что происходит отход от реальности и объект удерживается посредством галлюцинаторного психоза, воплощающего желание. Обычно победу одерживает уважение к реальности»
(Freud, 1916, с. 431).

Ф. Шапиро говорит о времени скорби как о «застывшем» времени. Фрейд же пишет об этом так:

«Мы хороним с умершим наши надежды, притязания, наслаждения, не даем себя утешить и сопротивляемся тому, чтобы заменить потерю. Мы ведем себя будто члены племени Азра, которые умирают, когда погибает тот, кого они любили»
(Freud, 1994, с. 150).

Люди, которых это коснулось, описывают свое состояние как кошмарный сон, от которого они, невзирая ни на что, никак не проснутся, – как время, когда они не способны к столкновению с действительностью и не могут вести нормальную повседневную жизнь. К тому же скорбящие люди постоянно имеют дело с непониманием со стороны тех, кто никогда не переживал болезненных потерь.

Важно еще понимать, что скорбь длится долго. По мнению Шапиро:

«...2–3 года это обычная необходимая потребность для выздоровления от потери одного из супругов»
(Shapiro, 1994, с. 48).

При этом автор, однако, не имеет в виду случай внезапной и неожиданной смерти, поскольку тогда фаза скорби может продолжаться существенно дольше.

4.1. Процесс скорби

В процессе скорби могут возникнуть разные, отчасти даже противоречивые чувства, причем не все они проявляются у каждого скорбящего, и возникновение их возможно на разных стадиях:

«Основные состояния, через которые проходит скорбящий, это боль, тоска по потерянному, безнадежность, подавленность, раздражение, разнообразные страхи – например, страх упасть, что-нибудь сломать или страх не выйти из состояния слабости, бессилия или даже страх собственной смерти. Внешне все это проявляется у скорбящего через согбенность фигуры, замкнутость, внешнюю и внутреннюю „парализованность“... Скорбящие уходят в себя, внутренне

сосредотачиваются на потере и связанных с ней фантазиях и мечтах. Они углубляются в мысли о совместно пережитом, порой до полного отключения от окружающего мира. Из-за этого они становятся труднодоступными для других, особенно в случае очень глубокой скорби. Часто скорбящие берутся за какую-либо работу как за средство борьбы со своим ощущением подавленности и беспомощности»
(Rehberger, 2004, с. 18).

Существуют различные модели, разделяющие процесс скорби на основные этапы. Представим здесь три таких модели.

4.1.1. Процесс шести «R» по Т. Рандо

Терезе А. Рандо (Rando, 1992), например, описывает процесс скорби как состоящий из шести стадий (6 «R» process):

1. Постигание потери (*Recognizing the loss*)
2. Эмоциональная реакция на разлуку через боль, отождествление и пр. (*Reacting emotionally to the separation...*)
3. Воспоминание и повторное переживание утраченных отношений (*Recollecting and Re-Experiencing the lost relationship*).
4. Отпускание старых связей с умершим человеком и старым миром, в котором он существовал (*Relinquishing the past attachment...*).
5. Приспособление к новому миру без забвения старого (*Readjusting to a new world without forgetting the old one*).
6. Инвестирование в этот новый мир (*Reinvesting themselves into this new world*).

Цель скорби – достичь стадии принятия потери любимого человека (либо других объектов скорби) и осмысленно интегрировать это отсутствие в свою собственную жизнь.

«Ясно, что в „удавшейся“ скорби речь идет не об удалении символического присутствия пережитой, эмоционально значимой, любимой общности с потерянным партнером или о стирании воспоминаний о пережитой любви, а следовательно, не о внутреннем освобождении. Когда присутствие превращается в отсутствие, а доступное настоящее с вполне реальным будущим становится прошлым без всякого шанса на развитие, сохранение привязанности в любви к умершим объясняет случающиеся время от времени вспышки скорби»
(Rehberger, 2004, с. 38).

4.1.2. Четыре фазы скорби по Дж. Боулби

Джон Боулби (Bowlby, 1983) описывает процесс скорби в четырех фазах и, в отличие от Рандо, концентрирует внимание на трудностях, присущих признанию потери.

1. Фаза ступора (оглушения). Может продолжаться от нескольких часов до недели и может прерываться вспышками крайнего отчаяния, боли или гнева.
2. Фаза острой тоски и поиска. В этой фазе, которая может продолжаться от пары недель до нескольких лет, – несмотря на знание того, что близкий человек потерян навсегда, – скорбящий находится в поисках потерянного.

«С одной стороны – убежденность в том, что смерть произошла, со всей болью и безнадежной тоской, которую она за собой влечет. С другой стороны – неверие в произошедшую смерть, сопровождаемое

*как надеждой, что все еще будет хорошо, так и стремлением найти потерянного человека, обрести его вновь»
(Bowlby, 1983, с. 116).*

В этой фазе доходит до ярости и гнева, с одной стороны, на тех, кого считают ответственными за потерю, с другой – иногда даже на потерянного человека, поскольку он «устранился» от отношений.

В контексте настоящей работы данная фаза представляется особенно важной, поскольку именно тогда, когда человек пропал без вести, невозможна проверка реальности потери.

3. Фаза дезорганизованности и отчаяния. Реакцией на безуспешный поиск потерянного становится отчаяние.

*«Только если выдержать тоску, более или менее сознательный поиск, кажущуюся бесконечной перепроверку, как и почему произошла потеря, а также гнев в адрес каждого, кто мог бы быть ответственным за это, включая самого умершего, можно постепенно понять и принять, что потеря действительно – навсегда и что нужно устраивать собственную жизнь по-новому»
(Bowlby, 1983, с. 124).*

Если это удастся, то следующей фазой «успешной» скорби будет:

4. Фаза реорганизации. Связанные с потерянным человеком чувства, мысли и паттерны делятся в этой фазе на две группы. С одной стороны, это те, которые вследствие физического отсутствия близкого человека теперь неуместны (например, обязанности по дому, общие увлечения), а с другой стороны – те, которые были и остаются общими ценностями и целями. Воспоминания и общее прошлое интегрируются и планируется будущее без потерянного человека.

Процессы скорби, однако, не универсальны и у каждого индивидуума зависят от очень многих факторов. Боулби дал классификацию пяти основным из этих факторов.

1. Идентичность и роль потерянного человека.

Если отношения между умершим и скорбящим были напряженными, процесс скорби обостряется. То же относится к скорби по человеку, моложе скорбящего, так как такая потеря скорее всего неожиданна. Смерть ребенка означает особенно высокий риск для родителей, что процесс их скорби будет сложным и длительным (Bowlby, 1983; Rehberger, 2004).

2. Возраст и пол скорбящего.

Мужчины, по сравнению с женщинами, стараются больше контролировать свои аффекты в процессе скорби. Это ведет к ослаблению концентрации и работоспособности. Р. Ребергер пишет:

*«При более интенсивном подавлении аффектов отчасти возможно более реалистичное признание потери. Снижение работоспособности свидетельствуют у мужчин о подавлении ими аффектов боли и страха»
(Rehberger, 2004, с. 40).*

В одном из обследований ветеранов войны во Вьетнаме Ш. ван дер Кольк пришел к выводу, что на посттравматическое стрессовое расстройство солдат влиял их возраст: «если воюющий мужчина был еще молод, то у него развивалась более сильная привязанность к однополчанам и, следовательно, для него было более травматично, если его друга убили» (van der Kolk, 1985, 1987).

3. Причины и обстоятельства потери.

Основная тема нашей работы – особо сложные обстоятельства, когда потеря любимого человека происходит вследствие насильственного исчезновения, что невероятно обостряет процессы скорби. В общем, исследования скорби показывают, что неожиданные потери, тем более происходящие с применением насилия, значительно осложняют процесс скорби.

4. Социальные и психологические обстоятельства скорбящего в момент потери и после нее.

Социальная поддержка близких чрезвычайно существенна для того, чтобы здоровые процессы скорби прошли удачно. Это еще более важно в случае насильственного исчезновения, о чем мы еще будем говорить в нашей книге. Если человек исчезает, это не только затрудняет скорбь, но и часто сопровождается недостатком или даже отсутствием социальной поддержки.

5. Личностные особенности скорбящего, такие как способность к отношениям привязанности и умение справляться со стрессовыми ситуациями.

На процесс скорби положительно влияют имевшиеся ранее стабильные отношения. С другой стороны, люди, уже становившиеся жертвами травмирующих потерь, особенно ранимы по отношению к новым потерям.

«Понимание процессов скорби предполагает у человека знание регуляции аффекта скорбящего еще до наступления потери. Значение утраты, то, как проживается утрата, ее последствия также являются факторами, необходимыми для глубокого понимания процесса скорби» (Rehberger, 2004, с. 72).

4.1.3. Дуальная модель процесса по Штрёбе и Шуту

Чтобы понять скорбь, М. Штрёбе и Х. Шут (Stroebe & Schut, 1999, 2010) выработали дуальную модель процесса (ДМП). Находящиеся в процессе скорби чувствуют себя между двумя полюсами – ориентацией на потерю и ориентацией на восстановление.

Ориентация скорбящего на потерю характеризуется унынием, распространением потери и скорби на все поведение и мысли, отрицанием потери и избеганием ее признания. В то время как ориентация на восстановление, отличается интересом к новому, отвлечением от печали, испытанием новых отношений и ролей.

Острой тоске по потерявшему человеку и отчаянию от утраты противостоит переориентация и обращение к новым возможностям, которые предоставляет жизнь. Желание жить полностью погруженным в воспоминания и скорбь может существовать одновременно с желанием предпринимать что-то новое. ДМП расширяет понимание скорби, поскольку она направляет свой фокус на одновременное наличие противоречивых ощущений и желаний и на колебание между двумя полюсами как часть совладания со скорбью.

4.2. Преодоление скорби и диссоциация

Дж. Кауфман исходит из того, что диссоциации являются частью нормального процесса скорби. От отрицания до принятия реальности потери скорбящий проходит через множество стадий. При таком подходе признание и отрицание могут присутствовать одновременно.

«Мы одновременно отчасти допускаем и отчасти отрицаем смерть... Диссоциированные фрагменты собственного „я“ продолжают существовать и нести раны смерти, которые не доходят до сознания» (Kaufman, 1993, с. 34).

В процессе скорби идет чередование осознанных частей, в одних из которых смерть отрицается, а в других признается и воспринимается как реальность. При этом для таких форм отрицания и принятия существенны три фактора:

1. Каковы интернализированные представления и мнения скорбящего о смерти и потере?

2. Каковы были отношения скорбящего с умершим или пропавшим лицом?

3. Каковы были обстоятельства смерти либо пропажи без вести?

Если в жизни скорбящего уже случались травмирующие события, связанные со смертью либо пропажей, интенсивность расщепления возрастает.

«Процесс скорби состоит в одновременной убежденности человека в том, что покойный жив, и в том, что он мертв. Понимание нами процесса скорби должно включать связь между тем и другим. Дело не в том „отрицает“ человек или нет, а – в распознавании, в чем, собственно, состоит это отрицание и как оно функционирует по сравнению с тем, что человеком признается»
(там же, с. 35).

Симптомы, кажущиеся на первый взгляд патологическими, вполне могут быть нормальными реакциями скорби. Кауфман полагает, что даже такое сильное проявление, как слышание голоса потерянного человека, при определенных обстоятельствах следует понимать как часть нормального процесса скорби и не рассматривать как расстройство.

Если обстоятельства смерти или исчезновения экстремально травматичны, то следует рассматривать диссоциации в следующем контексте:

«Ввиду превалирующего на сегодняшний день воззрения, что расщепление – не как у Фрейда – является не состоянием, а представляет собой самостоятельный защитный механизм, то представляется, что термин „диссоциация“, который можно найти и в психоаналитической литературе... в связи с травмой, более подходит для описания психических последствий разрушительных травм, чем понятие расщепления»
(Zepf, 2001, с. 341).

Таким образом, в работе с родственниками пропавших без вести необходимо учитывать как элементы нормального процесса скорби, так и механизмы совладания, встречающиеся у переживших экстремальную травму, такую как исчезновение близкого человека или другие формы травматизации.

4.3. Избегание скорби

Процесс скорби по Рандо (см. раздел 4.1.1) может быть нарушен на любой из шести стадий и вследствие этого растягиваться во времени или приводить к хронифицированию. При этом Рандо (Rando, 1992) указывает прежде всего на отказ поверить в реальность потери или какого-либо ее аспекта. Во избежание боли, присущей скорби, скорбящий пытается уйти от этих чувств и цепляется за связь с умершим. Интересную трактовку феномена избегания дает М. Горовиц.

«Важное отличие изучения феноменов травмы и потери Горовицем состоит в том, что он анализирует процессы интрузии-избегания как симптомы травматических реакций, в то время как в других исследованиях потерь они рассматривались как стратегии или типы совладания»
(Stroebe et. al., 1998, с. 86).

4.4. Осложненная скорбь

Скорбь может быть осложнена или полностью подавлена различными биографическими факторами скорбящего или обстоятельствами потери. Рандо (Rando, 1992) описывает семь факторов, влекущих за собой риск осложненной скорби.

Четыре из них непосредственно связаны со смертью или потерей:

1) внезапная, неожиданная смерть, возможно, произошедшая насильственно или при особо травматичных обстоятельствах;

2) смерть вследствие тяжелой продолжительной болезни;

3) смерть ребенка;

4) предположение скорбящего, что смерть можно было предотвратить.

Три следующих фактора относятся к самому скорбящему и к его отношениям с умершим:

5) сложные отношения с покойным;

6) наличие у скорбящего прежних травматических переживаний с потерями;

7) отсутствие у скорбящего человека или скорбящей семьи необходимой социальной поддержки.

1-й и 7-й факторы особенно важны для родственников и близких пропавших без вести.

Исчезновение человека почти всегда происходит внезапно и неожиданно и чаще всего – при травматических обстоятельствах. В большинстве случаев родственники пропавших без вести остаются без социальной поддержки. У них практически нет возможности показать свою боль, выступать в роли скорбящего или иной роли, связанной с переменой в жизни.

Во время психотерапии возможно хоть как-то компенсировать отсутствие прощания с дорогим человеком. Это может быть, например, приготовление традиционного поминального блюда и угощение им в память о пропавшем без вести, а также ритуальная молитва или представление себя участником похорон пропавшего, которые не могут иметь место в реальности. В таких случаях помогает, если пациент – человек религиозный или по крайней мере верит в какую-либо форму загробной жизни.

4.5. Скорбь и посттравматическое стрессовое расстройство

Если человек умирает после долгой наполненной жизни, близкие будут скорбеть о нем, но не будут травмированы такой смертью. И напротив, есть травматические события (как, например, взятие в заложники), которые могут привести к возникновению посттравматического расстройства, но не к скорби. Однако почти всегда два эти феномена существуют в тесном взаимодействии.

В определениях скорби и посттравматического стрессового расстройства существует заметное различие: посттравматическое расстройство определяется прежде всего по критериям, установленным в диагностических справочниках DSM-5 (1994) и ICD-10 (1993), т. е. как четко очерченное психическое расстройство, возникающее в ответ на строго определенные события. Скорбь же в DSM-5 вообще не описана. Она не представляет собой диагностическую единицу, хотя и должна учитываться при постановке диагноза.

*«Рассматривать потерю как обычный человеческий опыт является следствием общей тенденции. Тем не менее необходимо разработать отдельную категорию патологического горя»
(Stroebe et. al., 1998, с. 83).*

Значение скорби чрезвычайно велико после такого экстремального травматического опыта, как Холокост. Многие выжившие рассказывали, что в качестве одного из самых тяжелых переживаний воспринималась невозможность скорби по умершим. Этот аспект присутствует и повторяется во всей литературе, посвященной Холокосту. Часто рассказывается о невозможности выразить свою скорбь на могиле, поскольку тела сжигались или засыпались землей в неизвестных местах; нет также дней памяти, так как даты гибели людей неизвестны; чувство полной подавленности и беспомощности охватывает и при осознании бесконечности числа жертв.

Уже в 1968 г. Хенри Кристал пишет:

«Оставшийся в живых со своими неразрешенными проблемами скорби, но на самом деле пребывающий в состоянии патологической скорби находится под угрозой любой новой потери. Само собой разумеется, что потеря актуального объекта любви мобилизует все латентные конфликты и грозит обрушиться на таких пациентов депрессию. В результате этого они, как правило, участвуют в похоронах и воспринимают утрату „без всяких чувств“, склонны отрицать собственные потери(но у них может развиваться бессонница, депрессия или гипоманиакальное состояние, а затем и злоупотребление успокоительными препаратами). Однако в то же время они страдают хронической депрессией, а чувства, заблокированные в результате потерь, часто выплескиваются эпизодически в ответ на обычные недифференцированные стимулы. Мы обнаружили, что у оставшихся в живых каждая потеря физической функции, способности или качества переживается так же, как потеря объекта любви и, следовательно, грозит таким же депрессивным и психотическим расстройством».
(Krystal, 1968, с. 193).

4.6. Скорбь о пропавших без вести близких

Но что же происходит, если проверка реальности не дает ничего кроме неопределенности? Какая степень нормальности может быть достигнута в жизни людей, чьи близкие пропали без вести?

Понятие «скорбь» поддается определению, процессы скорби многократно описаны, но все они предполагают, что реальность смерти поддается проверке и потому неопровержима.

Как уже было описано выше, исчезновение и связанное с этим отсутствие информации о местоположении, физическом и моральном состоянии пропавшего человека отягощают процесс скорби независимо от возраста скорбящего.

Существенную роль в преодолении или хронификации травмы от потери играют внутренние психологические факторы и форма отношений между пропавшим и пациентом.

5. Скорбь нуждается в выражении, свидетелях и ритуалах

Скорбь должна найти свое выражение как в ритуалах, так и в языке. А словам и ритуалам, чтобы они стали реальностью, нужны свидетели. Но необходимо и обеспечение совершенно определенных возможностей для прощания: именно тогда, когда смерть кого-либо из членов семьи застигает близких врасплох, очень важно, чтобы состоялось прощание с теперь уже мертвым телом (Kübler-Ross, 1969).

*«Если тело не предстало перед глазами, возможно, оставшимся в живых потребуется на несколько лет больше, чтобы завершить скорбь, потому что трудно осознать, что дорогой тебе человек действительно умер»
(Mancini, 1986, с. 147).*

Так пишет Мэри Элизабет Манчини, занимающаяся психологическим сопровождением семей, столкнувшихся с внезапной смертью. Она подчеркивает необходимость того, чтобы родственники еще раз посмотрели на покойного и попрощались с ним, даже если это дается тяжело.

5.1. Ритуалы и обряды прощания

В каждой культуре на тот случай, если кто-либо из сообщества умирает, предусмотрены определенные ритуалы прощания. Сколь ни различны эти ритуалы по всему миру, но у всех у них есть общее – непреложность смерти на этом свете и окончательность видимой формы существования. Ритуалы погребения стабилизируют общество, ослабленное смертью одного из его членов. Оставшимся можно и должно открыто показывать свою боль от смерти дорогого человека.

*«В ритуале погребения в течение короткого времени символизируется продолжительная скорбь родственников, показывается путь их постепенного отделения от умершего... Сообщество предоставляет рамки, в которых всплески чувств не только позволены, но и необходимы – даже в преувеличенной форме, но которые должным образом ограничивают их и направляют в правильное русло, что непременно требуется для придания сил страдающим людям. Родственники и друзья покойного в своем внутреннем смятении и внешне проявляемой горе от необходимости окончательного расставания получают поддержку сообщества. Траурная церемония вводит близких покойного в их новую роль, определяет их новые права и обязанности»
(Rehberger, 2004, с. 23).*

Там, где традиционные ритуалы погребения по большей части утратили свои функции и вследствие урбанизации оказались неуместны, спонтанно развиваются новые формы, особенно в тех случаях, когда речь идет о насильственных или внезапных утратах. Через СМИ в таких формах скорби могут участвовать и люди, которых это не касается непосредственно, поскольку они не знали жертву лично. К тому месту, где произошла трагедия, по доброй воле приносят цветы, религиозные или национальные символы (кресты флаги, и пр.), а также игрушки и письма.

«Спонтанный мемориал – это некий алтарь, к которому возлагают эклектичное сочетание традиционных религиозных, светских и очень персонализированных ритуальных объектов... он предоставляет возможность скорбеть о личных, общественных и культурных потерях» (Haney et al. 1997, с. 162).

5.2. Ритуалы скорби по пропавшим без вести

Обычно ритуалы скорби выдвигают в центр внимания погребение либо сожжение тела. Поэтому, что касается пропавших без вести, проводить такие ритуалы сложно или невозможно. Исключение представляет собой форма, практикуемая рыбаками в Тихом океане и в горах штата Мизорам на северо-востоке Индии. Сообщества, в которых, вследствие их географического или экономического положения, люди работают в открытом океане или в опасных джунглях, часто сталкиваются с тем, что труп, подлежащий погребению, отсутствует. Поэтому в этих сообществах были найдены иные целесообразные ритуалы скорби.

Боулби (Bowlby, 1983), ссылаясь на антрополога Раймонда Фёрта, описывает заслуживающий упоминания ритуал для пропавшего без вести рыбака с маленького острова Тикопиа в юго-западной части Тихого океана, находящегося в 100 милях к югу от Соломоновых островов. После небольшой стычки с отцом парень выскочил из дома, вышел на своем каноэ в море и с этого момента считался пропавшим без вести. Фёрт не сообщает нам ничего об эмоциях и действиях людей в первые дни после исчезновения. Но по прошествии нескольких месяцев предположение, что молодой человек утонул, было принято сообществом как достоверное.

Примерно через год после исчезновения молодого человека, в течение которого его семья соблюдала традиционные траурные ритуалы (некоторые запреты в еде и неучастие в общественной жизни), отец принял решение, что настало время для похорон.

«При таких обстоятельствах, которые здесь нередки, традицией предписывается имитация похорон, при которых в пустой могиле погребаются обычные циновки и „одежда“ из коры дерева. Это носит название „расстилания гробового покрова“, чтобы „высушить“ погибшего» (Bowlby, 1983, с. 173).

В этом островном обществе, в котором вновь и вновь мужчины пропадают в открытом море, из-за чего их тела не могут быть захоронены, развился таким образом специальный ритуал погребения: людей погибших в море «делают сухими». Боулби комментирует это следующим образом:

«...Даже тогда, когда, как в данном случае, отсутствует труп, общество требует, чтобы похороны состоялись. Размышление над этой церемонией тикопиканцев привело Фёрта к убеждению, что основной функцией ритуала погребения является не захоронение трупа, а психологический эффект для близких покойного и общества в целом» (там же, с. 175).

В один из моих приездов в Мизорам в Индии в 2009 г. участники семинара рассказали, что в их регионе есть специальные погребальные обряды для людей, не вернувшихся домой. В первые дни на поиск пропавшего мобилизуются все имеющиеся силы. По истечении определенного срока поиск прекращается и приступают к подготовке символического погребения.

В сентябре 2012 г. местные СМИ сообщили о безрезультатном поиске двух подростков, по всей вероятности, утонувших в разлившейся реке:

«В соответствии с мизорамской традицией, община ищет пропавших без вести в течение семи дней. Если после седьмого дня никаких результатов нет, поиск прекращается...»

(Seven sisters Post, 20.08.2012, с. 4).

Вместо мертвого тела к погребению подготавливается некий символический предмет, размером в рост пропавшего человека, например, банановый стебель, к которому кладутся вещи, принадлежавшие пропавшему. Этот символ затем захоранивается в соответствии с обычным обрядом.

«На прошедшей в четыре часа пополудни церемонии на берегу реки, где в последний раз видели пропавших подростков, их родственники сердечно поблагодарили всех... добровольцев, участвовавших в поисках. Они сказали, что приняли ту гибель, которая была уготована их детям»
(там же).

5.3. Символические ритуалы скорби для родственников пропавших без вести

Попадающие в другую культурную среду беженцы, чьи близкие перед этим исчезли на родине при травматических обстоятельствах, не владеют культурными формами того, как при помощи традиций и ритуалов можно было бы принять потерю и справиться с болью от нее. Вот почему даже самый незначительный намек на то, что пропавший близкий может быть мертв, вызывает у потерпевших бурную реакцию отрицания.

Это еще раз говорит о том, как полезно проводить церемонии прощания. Смерть, разумеется, слишком страшна, чтобы осознать ее, но факт длительной разлуки непреложен. Даже если этот пропавший без вести жив, у него мало шансов узнать, куда уехали родственники, не говоря уже о том, чтобы самому добраться до их убежища в Европе. Это означает, что необходимо принять реальность долгой разлуки с близким человеком, по крайней мере, в обозримом будущем, не обязательно «соглашаясь» при этом с его смертью.

К. Оннаш и У. Гаст (Onnasch, Gast, 2011) описывают ритуалы поминовения как часть скорби. Чаще всего они проводятся на кладбище, но это может быть и другое место, напоминающее о дорогом человеке, как, например, любимое место этого человека в его городе, место, где произошла встреча с ним, или – что особенно важно для беженцев – такое место, которое оснащается специально в память о пропавшем человеке – на котором сажается дерево или устанавливается памятный камень.

Если консультанту удастся воскресить в памяти позитивные аспекты отношений и вывести из этого возможные пожелания клиенту от пропавших без вести, это может привести к значительной разгрузке клиента от эмоционального стресса.

Такие вопросы, как, например, «Что бы вам хотелось сказать отцу или матери?», «Какие планы на ваше будущее были у родителей?» или «Чего пропавший человек пожелал бы вам в вашей жизни?», могут снова раскрыть и оживить собственные жизненные возможности клиента и его движение вперед, которые при запрете на скорбь «замораживаются». Если понимание того, что у пропавшего без вести могли быть самые искренние и лучшие пожелания, успешно интернализируются клиентом, то в нем «воскресают» жизненные силы. Это особенно актуально в случае исчезновения одного или обоих родителей. Формы прощания могут быть любыми: письма или речи, обращенные к пропавшим без вести, или сов-

местная трапеза остальных членов семьи, для которой готовятся блюда, имеющие в данном случае особое значение.

6. Новые социальные роли после утраты

С ритуалом похорон социальные роли родственников покойного определяются по-новому: супруги становятся вдовцами или вдовами, дети – сиротами.

Во многих культурах могилы и захоронения в урнах служат местами памяти и скорби о человеке.

Горе и процессы скорби встроены в социальный контекст сообщества, в котором человек живет. Каждому сообществу известны свои формы переживания утрат и скорби, причем в большинстве своем – это ритуалы, разделенные на три фазы:

Первая фаза – первичная реакция на утрату. Обряды разлучения, при которых с родственников покойного на некоторое время снимаются их обычные общественные обязанности и права, предоставляя время на первые эмоции. В центральной Европе это – начало года траура, когда скорбящие избегают общества и тем более развлечений, например, танцев.

Во второй фазе (обычно – это оставшееся время до конца года траура) сохраняется отдаление от общества, составляющее траурную часть повседневной жизни скорбящего. Находящиеся в трауре по близкому родственнику принимают решение (а порой и обязаны) носить траурную одежду, делая таким образом свою скорбь очевидной для общества. В Австрии ношение черных одежд в течение года – традиционный способ продемонстрировать свою скорбь.

В Индии и других частях Азии в знак траура носят белые одежды. Вдова в Южной Азии носит белое сари и обрезает волосы. В иудейских традициях траура разрывается одежда, открыто плачут, в то время как любое членовредительство, а также обрезание волос запрещены. Разрывание одежд встречается уже в Ветхом Завете.

*«Это позволяет скорбящему выразить свой глубокий гнев с помощью подконтрольного, одобряемого религией действия разрушения»
(Schindler, 1996, с. 123).*

В различных культурах внутри этой фазы траура известны определенные отрезки времени, посвященные разным ритуалам, как, например, поминальная служба, раздача еды беднякам и бездомным от имени почившего и пр.

Третья фаза – это возвращение в общество, хотя и с новой идентичностью, возникшей в связи с утратой.

Ритуалы скорби – это ритуалы перехода, которые регулируют встраивание изменений, возникших вследствие утраты, в социальную жизнь тех, кого это непосредственно коснулось, и в жизнь всего общества. Некоторые из этих ритуалов ограничены во времени, как, например, облачение в черное в год траура, другие – постоянны, как, скажем, отказ индийских вдов от ношения украшений и яркой одежды в течение всей жизни.

6.1. Потеря супруга или спутника жизни

Психические стратегии преодоления должны рассматриваться в их взаимодействии с соответствующей социальной ролью скорбящего, связанной с произошедшей потерей. Поэтому представляется необходимым краткий экскурс в значение социальных ролей и их изменений как следствий разных политических или общественных ситуаций. Тот, кто теряет своего спутника жизни, страдает прежде всего от одиночества, что представляет собой дополнительный фактор риска депрессии. Вдовам и вдовцам необходимо найти свою новую идентичность как людям без пары.

«Потеря супруга очень долго считалась одним из самых стрессовых событий в жизни. Принимая во внимание такой стресс, не удивляет, что тяжёлая утрата сильно повышает риск психических осложнений, таких как симптомы депрессии, депрессивные эпизоды тяжёлой степени и симптомы тревожных расстройств».

(Prigerson et. al., 1997a, с. 616).

Боулби указывает на то, что именно при утрате супруга фаза тоски и поиска умершего особенно интенсивна.

«Некоторые люди, чей супруг скончался, осознают свое стремление к поиску, другие же – нет. Некоторые с готовностью ему поддаются, другие же пытаются подавить его как иррациональное и абсурдное»

(Bowlby, 1983, с. 117).

Многие вдовы и вдовцы рассказывают, что их притягивают предметы, связанные с покойным супругом, они специально дотрагиваются до них, а также осознанно посещают места, к которым супруг имел отношение.

А. Меркер и др. (Maerker et. al., 1998) обследовали 44 человека в возрасте 20–55 лет, у которых скончался их спутник жизни. Авторы, вслед за Х. Придджерсон, пишут, что молодые люди имели более сильную реакцию скорби, чем люди старшего возраста. Это можно понять в контексте того отрезка жизни, в котором был потерян супруг. Для молодых людей смерть является чем-то почти невероятным, и, соответственно, они были потрясены ею. Помимо этого зачастую именно молодые люди являются кормильцами в семье, и их заработок обеспечивает средства к ее существованию.

«Мы продемонстрировали случай, иллюстрирующий модель, в которой предполагается, что у людей с ненадежной, тревожной привязанностью и дефицитом саморегуляции потеря партнера, обеспечивающего безопасность, может вести к симптомам травматической скорби»

(Prigerson et. al., 1997b, с. 1003).

В своем исследовании вдов и вдовцов в Германии С. Реммерс (Remmers, 2009) нашел существенную связь между депрессией и ухудшением финансового положения этих людей после перенесенных потерь.

6.1.1. «Политические вдовы»

Мамфела Рамфеле приводит пример, как политическое давление может изменить понимание социальной роли человека. В своем эссе «Политическое вдовство в Южной Африке: воплощение неоднозначности» она размышляет о роли вдов в своей стране (Ramphela, 1997, с. 99ff). В обычном случае южноафриканская вдова носит траур по умершему мужу по меньшей мере в течение одного года, вдовец же официально в трауре – всего шесть месяцев. Для женщины траур означает исключение ее из всех общественных мероприятий, в то время как мужчина сохраняет все свои социальные привилегии и свой «голос» в общине.

Скорбящим следует носить и внешние знаки траура, особенно женщинам. Вдовам и вдовцам часто отрезают волосы, они носят одежду особых цветов – черную в Европе или белую в Азии и пр. Иногда формы траура граничат с безрассудством:

*«...Это может включать в себя такие вещи, как есть левой рукой – и не с тарелки, а с другого предмета, носить одежду наизнанку, обувать только одну ногу»
(Ramphele, 1997, с. 100).*

Во время борьбы с апартеидом традиционные роли вдовства в Южной Африке были пополнены новой ролью: ролью «политических вдов». Таковыми считались женщины, чьи мужья погибли в бою или попали за решетку на длительное время за свои политические убеждения. Такие политические вдовы получали в обществе совершенно иную роль – на время они становились символами героизма их мужей и попадали в центр внимания. Это не оставляло им времени и места для личной скорби.

6.1.2. Ни жена, ни вдова

После войны во Вьетнаме 1200 солдат США были объявлены пропавшими без вести. Обычно их называют «пропавшими в бою» («Missing in Action – MIA»).

Л. Дж. Сполиар занимался процессами скорби у жен таких пропавших на поле боя. Он описывает три формы попыток проработки этой амбивалентной утраты: идентификация, замещение и враждебность.

Подобным же образом, работая с женами пропавших без вести солдат, Дороти Бенсон и ее коллеги определили три группы женщин, по-разному справлявшихся с тяжелой ситуацией.

Первая группа состояла из женщин, которые активно включились в поиск пропавших мужей в «Национальной лиге семей американских военнопленных и пропавших без вести». Они ездили в Юго-Восточную Азию, писали бесконечные письма, выступали перед общественностью и пр. Эти женщины по большей части заново организовали свою жизнь и вновь обрели уверенность в себе. Полин Босс в ходе семейной психотерапии настоятельно рекомендует членам семей пропавшего человека предпринимать все возможное, чтобы получить хоть какую-то информацию о его местонахождении:

*«Процесс поиска информации облегчает стресс неопределенности. Когда этот процесс себя исчерпывает и больше информации нет, это тоже становится информацией и помогает людям сделать вывод: „Мы сделали все, что могли“»
(Boss, 1999, с. 112).*

Этой своей стратегией совладания данная группа сходна с аргентинской группой матерей Пласа де Майо, ведущих поиск своих пропавших в Латинской Америке детей. Эти женщины не были готовы молча принять свою судьбу, они сделали ее открытой для общества, сплотились и сделали все возможное, чтобы узнать о местопребывании своих близких – в надежде найти их живыми, но и преодолевая страх столкнуться с ужасной вестью об их смерти. Совместная борьба и, как ее результат, поддержка со стороны общества дают им возможность идти по жизни дальше.

Второй группой были женщины, которые решили смириться с амбивалентностью длительного и, возможно, напрасного ожидания. Очевидно, существует корреляция между формой совладания и временем, прошедшим с момента получения известия о том, что человек пропал без вести. Их мужья числились пропавшими без вести как минимум два года. Эти женщины постепенно принимали на себя роль вдов, но одновременно с этим у них еще теплилась надежда, что их мужья могут вернуться.

Напротив, третья группа, которую описывают Бенсон и ее коллеги, это женщины, которые лишь недавно столкнулись с исчезновением их мужей. Здесь явным образом царила надежда, что муж еще вернется. Все остальное категорически отвергалось и отрицалось.

6.2. Потеря одного или обоих родителей

Реакция ребенка на разлучение с родителями навсегда, как это уже было показано выше (см. раздел 3.1), сильно зависит от возраста и степени его развития... Принципиально же условия, способствующие здоровой скорби взрослых, действительны и для перенесших потерю детей.

«В принципе, условия, благоприятные для скорби ребенка, не отличаются от тех, что должны быть у взрослых. Самые важные из них следующие: во-первых, нужно, чтобы у ребенка были достаточно прочные отношения с родителями до их потери; во-вторых,... чтобы ребенок был быстро и правильно проинформирован о том, что случилось, и мог задавать любые вопросы и получать на них, по возможности, честные ответы, а также принимать участие в скорби семьи, включая все ритуалы – похороны и др.; в-третьих, ребенку необходимо чувствовать успокаивающее присутствие оставшегося родителя или, если это невозможно, замещающего его знакомого и близкого человека; кроме того, ребенка надо заверить в том, что эти отношения сохранятся в дальнейшем»

(Bowlby, 1983, с. 355).

В большинстве своем скорбящие дети выражают свои чувства не в словах, а в эмоциях, действиях и, вообще, в поведении. Эмоциональное состояние детей часто меняется: они внезапно переходят от одного чувства к другому – и то вдруг веселы, а то вдруг снова глубоко опечалены. Регресс также может быть формой скорби. Дети ищут большей близости со своими фигурами привязанности, им еще тяжелее будет перенести разлуку с ними, а тем более потерю (Onnasch, Gast, 2011).

6.2.1. Потеря одного или обоих родителей вследствие политических репрессий

Давид Бэккер (Becker, 1992) указывает на то, что процесс скорби сильно затруднен, если люди погибают вследствие политических репрессий. Их близкие родственники лишаются ритуалов и поддержки со стороны социального окружения. Второе и третье из названных Боулби в качестве благоприятных для здоровой скорби условий в данном случае невыполнимы.

«С точки зрения ребенка, гибель отца или матери представляет собой событие, стоящее в ряду других, связанных с насилием, и воспринимается подобным кошмарному сну. Разговору об обстоятельствах трагедии в семье мешает сначала шок, затем всепоглощающий страх... Дети предпринимают отчаянные усилия реконструировать произошедшее из доступных им фрагментов информации. Не имея возможности избавиться от своего смятения, они ощущают страх взрослых, сдерживают собственные чувства и принимают молчание как общий образец поведения.

*Таким образом, дети начинают отождествлять утраченного родителя с хаосом и разрушением»
(Becker, 1992, с. 105)*

Вследствие этого траур считается недопустимым, а процесс скорби продлевается на неопределенное время. Иногда скорбящий становится способен оплакать потерю лишь годы спустя – и то часто только в кабинете психотерапевта.

6.2.2. Потеря одного или обоих родителей вследствие насильственного исчезновения

Большая часть того, что сказано о гибели родителей вследствие политических репрессий, справедливо и в случае их исчезновения. Хотя исследования, которые будут приведены в данной работе ниже (ср. гл. II, раздел 5), показывают, что из-за исчезновения родителей дети существенно страдают от тяжелых патологических реакций и расстройств (Becker, 1992; Zvizdic, Butollo, 2000). Сообщается о регрессивном или асоциальном поведении детей, нарушениях сна, депрессиях, ночном недержании мочи, агрессивности, ухудшении успеваемости в школе. Беккер объясняет это чрезвычайным положением, в которое попадает вся семья в случае насильственного исчезновения ее члена.

*«Чрезвычайное положение становится нормой, несущей на себе отпечаток табуизации и запретов: именно о том, что больше всего тяготит, нельзя заговорить, нельзя чтобы скорбь и страх нашли свое выражение»
(Becker, 1992, с. 88).*

6.3. Потеря ребенка – «осиротевшие» родители

Формы реакции на потерю ребенка часто сходны с теми, что проявляются, когда умирает спутник жизни. Но имеется одно существенное отличие, на которое указывает Боулби:

*«Если после смерти супруга/супруги преобладающим признаком является одиночество, то после смерти ребенка оно не кажется преобладающим. Соответственно, чувство одиночества после смерти супруга/супруги обычно не облегчается присутствием ребенка»
(Bowlby, 1983, с. 163).*

И все же смерть ребенка описывается во многих исследованиях как нечто особенно критическое, когда присутствие спутника жизни не может утешить. Дети – это будущее, и потеря ребенка – это утрата всяких перспектив.

*«Потеря ребенка – это потеря себя и потеря будущего».
(Leahy, 1992-93, с. 208).*

Если и в большинстве языков имеется наименование для спутников жизни, потерявших своих жен или мужей (вдовцы и вдовы), а также для детей, потерявших одного или обоих родителей (сироты), то для родителей, потерявших своих детей, и для оставшихся братьев и сестер наименований нет. Это «снова-бездетные» родители или «осиротевшие» родители, братья и сестры.

Многоуровневое исследование скорби Дж. Лихи (Leahy, 1992–1993) показало, что реакция скорби родителей не зависит от возраста ребенка, но есть разница реакций матерей и отцов – скорбь матерей в общем была более сильной и продолжительной, чем скорбь отцов.

Скорбящие родители, согласно этому исследованию, страдают более сильными депрессиями, чем все остальные группы скорбящих. Это не было, однако, подтверждено другими исследованиями (Zisook, DeVaul, 1983; Murphy, 1988), хотя все результаты указывают на то, что процесс скорби родителей по их детям не ограничен во времени и по большей части может продолжаться всю жизнь. Это подтверждается также исследованием Штрёбе родителей, которые потеряли своих детей в двух израильских войнах.

В длительном исследовании было выявлено, что хотя по прошествии нескольких лет родители внешне вернулись к своей нормальной повседневной жизни, их связь с сыновьями не прервалась. Они ведут обычную жизнь и не страдают психосоматическими недугами, однако в большинстве случаев потерянные сыновья идеализировались, и поведение родителей в отношении них было таким, будто те просто уехали из дома, а не ушли из жизни.

«Результатом кажется жизнь, обращающая все внимание на мертвых в ущерб живым. С модернистской точки зрения трагедия смерти имеет не один аспект: они потеряли не только сыновей, но и в значительной мере свои семьи как таковые»
(Stroebe et al., 1992, с. 1210).

6.3.1. Насильственная смерть детей

Насильственная смерть детей переносится особенно тяжело и ведет к скорби на протяжении всей жизни и к диссоциациям. Здесь также имеются бесчисленные примеры из Холокоста.

Л. Лангер рассказывает в своей работе о судьбе Бэсси К., которой не удалось незаметно пронести своего ребенка через пункт контроля СС. То, что она вынуждена была отдать своего маленького сына немецким солдатам, было для нее равносильно собственной смерти.

«Что касается меня, я была мертва. Я умерла, я ничего не хотела слышать, ничего знать, и ни с кем ни о чем говорить. Я не хотела признаться самой себе в том, что со мной это случилось»
(Langer, 1997, с. 57).

Позже она так будет отвечать на вопрос, где ее ребенок: «Что за ребенок? У меня не было ребенка. Я ничего не знаю ни о каком ребенке».

Лангер так интерпретирует слова Бэсси К.:

«Смерть ее ребенка – это и ее смерть, не в фантазии, а в реальности, это постоянная интрузия в ее существование после Холокоста. Это также форма вербального расстройства, так как не существует языка... чтобы описать роль таких моментов в жизнях тех, кто их испытал»
(Langer, 1997, с. 58).

Реальность травматической потери ребенка и ощущение беспомощности от невозможности защитить его настолько сильны, что ведут к серьезному внутреннему разладу.

Д. Лауб описывает очень похожий пример. На вопрос врача о ребенке, при появлении на свет которого он присутствовал несколько лет назад, пациентка ответила: «Какой ребенок? У меня никогда не было ребенка», отрицая то, что она когда-либо была матерью (Laub, 2000, с.864).

На сеансе психотерапии женщина все же может вспомнить травматические события, когда ее ребенка забрал один из немецких солдат, – даже если при этом она говорит только о «каком-то маленьком свертке», который был у нее отнят:

*«Я не знала, что мне делать, потому что все произошло так быстро. Я не была готова к этому. А он протянул руки и требовал отдать ему сверток. И я отдала. Это был последний раз, когда я видела сверток»
(Laub, 2000, с. 864).*

Оба эти насильственные отделения детей от их матерей и последовавшие за этим с большой вероятностью их убийства, не могли быть переработаны женщинами в нормальный процесс скорби. Они могли справиться с ситуацией только через диссоциации.

6.3.2. Родители пропавших без вести детей

В своем романе «Иов» Йозеф Рот описывает неспособность родителей, Деборы и Менделя, говорить друг с другом по поводу известия о том, что их старший сын, который был солдатом, пропал без вести:

*«Красный Крест тоже сообщил, что Иона пропал без вести. Он, наверное, мертв, тайком думала Дебора. Мендель думал то же самое. Но они долго говорили о значении выражения „пропал без вести“, и – как будто возможность смерти полностью исключалась – они снова и снова соглашались друг с другом, что „без вести пропавший“ может означать всего лишь взятый в плен, дезертировавший или раненый и потому оказавшийся в плену»
(Roth, 1974, с. 146).*

Самыми известными представителями родителей пропавших детей являются «Матери Пласа де Майо» из Буэнос-Айреса. Эти матери (и отцы) подростков, пропавших во времена диктатуры в Аргентине в конце XX в., по-прежнему живут в одиночестве и скорби. Многие из них до насильственного исчезновения их детей никогда не участвовали в политической жизни. И только постоянные поиски сыновей и дочерей превратили их в сильную политическую оппозицию, которая пригвоздила к позорному столбу диктатуру того времени с ее жестокими политическими методами (см. гл. III, раздел 1).

6.3.3. Братья и сестры умерших или пропавших без вести детей

Насколько разрушительную силу может иметь потеря одного брата для всей семьи, описывает Маргерит Дюрас в своем романе «Любовник»:

*«Мой младший брат умер всего за три дня от бронхоневмонии – отказало сердце. И тогда же я покинула свою мать... В этот день все закончилось. Я никогда больше не спрашивала ее о нашем детстве, о ней самой. Со смертью моего маленького брата для меня она умерла. Как и мой старший брат. Я так и не преодолела страха, который они мне тогда внушили. Они для меня больше ничего не значат. С того дня я о них больше ничего не знаю...»
(Duras, 1985, с. 47).*

При рассмотрении многих случаев после катастрофы цунами 2004 г. стали очевидны психическая заброшенность и душевное страдание переживших катастрофу и оставшихся невредимыми детей: родители были настолько сосредоточены на тяжело раненых, умерших и пропавших детях, что дело дошло до трех очень проблематичных реакций между выжившими членами семьи:

1. Некоторые родители реагировали на здоровых детей очень агрессивно, порой дело доходило до физического насилия.

2. Еще чаще детей просто не замечали. Их вопросы, нужды, потребности не воспринимались родителями и оставались без ответа. Физически находясь рядом с родителями, они были абсолютно покинутыми.

3. Члены семьи поменялись ролями: дети должны были заботиться о скорбящих родителях, братьях и сестрах как в социальном, так и в эмоциональном плане.

Поэтому организации, оказывающие помощь людям, пережившим катастрофу, должны уделять особое внимание детям, оставшимся невредимыми, чтобы они не остались со своими нуждами и страданиями наедине. Прежде всего, речь идет об оценке ресурсов, имеющихся для оказания им помощи:

– Есть ли такие родственники, соседи или учителя, которые могли бы взять на себя заботу о детях, пока родители не вернутся вновь к своей роли?

– Если нет, то какая профессиональная организация могла бы это сделать?

Родители и особенно оставшиеся вследствие катастрофы без партнера отцы или матери нуждаются в поддержке, чтобы заботиться теперь о детях в одиночку, нести за них полную ответственность и не оставлять выживших детей один на один с потерей родителя, брата или сестры.

Главное, помочь родителям сказать детям правду – всю, которая имеется, и так, чтобы это соответствовало их возрасту. Основная цель – создать эмоциональное пространство для поддержки новой, претерпевшей изменения семьи.

II. Социальные последствия насильственных исчезновений

Поскольку в данной работе я затрагиваю последствия насильственных исчезновений для родственников пострадавших, необходимо сначала более подробно осветить само понятие насильственного исчезновения.

Исходя из того, что насильственные исчезновения являются систематическими нарушениями прав человека, имевшими место при южно-американских диктатурах в 1970-е годы и приведшими только в Латинской Америке к 90 000 жертв (FEDEFAM, 2004), то при более широком рассмотрении картина распространяется еще дальше: война в бывшей Югославии оставила после себя множество незаживших ран: бесчисленное множество женщин до сих пор надеется, что их мужья и сыновья остались в живых; только в Боснии было обнаружено около 300 массовых захоронений, в которых находились 16 500 тел; о судьбе 10 000 человек ничего не известно и сегодня (ICMP, 2012).

Давно минувшая Вторая мировая война принесла людям величайшие страдания: Холокост с бессчетным числом жертв, сами сражения, оставившие на полях неисчислимое множество солдат, семьи беженцев, которые навсегда были оторваны друг от друга.

Проводя поиск специальной литературы по ключевым словам «исчезновение» или «пропавший без вести», получаешь список реальных или вымышленных уголовных дел, а также немного из области НЛЮ. Кроме того, есть люди, которые «исчезают» сами, удаляясь от общества. Таким образом, существуют различные причины, почему люди бесследно исчезают.

Во время природных катастроф, таких как наводнение конца 2004-го года в некоторых странах Азии, люди также исчезают бесследно, поскольку тела их найти невозможно или же их вынужденно захоранивают неопознанными во избежание распространения эпидемий.

Исчезновений по собственной воле, вследствие уголовных преступлений или природных катастроф в данной работе я касаюсь лишь вскользь. В центре моего внимания находятся люди, чьи родные пропали без вести вследствие политического насилия, т. е. во время войн или при диктаторских режимах.

Около 2 млн человек по всему миру считаются жертвами насильственных исчезновений (Австрийский Красный Крест, 2012).

Иорданская королева Нур, занимавшая должность комиссара Международной комиссии по проблеме пропавших без вести описала данную проблему так:

«Когда люди исчезают, особенно по причине насилия, осуществляемого государством, оставшиеся члены семьи – обычно женщины и дети – слишком запуганы, чтобы искать ответы на вопросы о судьбе тех, кого они любили. Во многих странах члены семьи не имеют права обращаться со своими проблемами в официальные органы. Те, кто осмеливаются на это, часто боятся репрессий от тех самых органов, которые прежде всего несут ответственность за исчезновения или стараются скрыть преступления прежних режимов. Тем более, известно, что фундаментальное положение всех правовых систем – нет трупа, нет и преступления. Поэтому в этом вопросе царит молчание»
(Queen Noor, 2012, с. 1).

1. Пенелопа ждет Одиссея – разлука, связанная с неизвестностью, как извечная проблема

Выражения «бесследное исчезновение» и «пропавший без вести в бою» стары так же, как сама исполненная конфликтов история человечества. После каждой войны остаются люди, которые напрасно ждут возвращения своих близких и не знают, что с ними случилось. В поисках первых в истории пропавших без вести мы встречаемся с персонажем из греческой мифологии – Пенелопой, женой Одиссея, которая на протяжении десятилетий ждет своего без вести пропавшего мужа. При этом мы, читатели, с самого начала знаем, что он вернется с войны со славой.

Одиссей попал на войну против своей воли. Сам он хотел остаться со своей молодой женой и маленьким сыном. Чтобы не идти на службу, он притворился сумасшедшим. Но когда при этом на кону оказывается жизнь его сына, он перестает притворяться и вынужден идти воевать. Пенелопа с сыном Телемахом остаются ждать Одиссея. Но после войны тот не возвращается. С каждым днем семья теряет надежду увидеть его вновь.

Интересны два момента в описании их ожидания.

Днем Пенелопа ткет саван для своего свекра. По ночам же она занята тем, что распускает свою дневную работу. Она работает все больше – и при этом не сдвигается с места. Дневная работа уничтожается ночной.

Пока Одиссей отсутствует, для нее нет движения вперед, нет прогресса в том, что она делает. Если бы работа была закончена, ей пришлось бы принять решение – а от нее требовалось выбрать себе нового мужа. Этим она вынуждена была бы признать, что Одиссей мертв. Дабы этому воспрепятствовать, она работает с удвоенной энергией, чтобы остановить время. Пенелопа не может начать скорбеть, поскольку ситуация не ясна. Она ощущает потерю не до конца реальной. Для нее, находящейся в ловушке между безнадежностью и надеждой, нет возможности для скорби (Boss, 1999).

Толпы поклонников осаждают Пенелопу. Она не в том положении, чтобы отвергать их, и одновременно не может позволить себе выбирать, так как не знает, не вернется ли в один прекрасный день Одиссей. Не имея возможности принять однозначное решение, она ведет жизнь, полную тайных схем и приемов затягивания и выжидания. Пенелопа в безвыходном положении: она и не жена своему мужу, и не свободна от брачных уз. (Homer, 1979).

Это описание Пенелопы представляется мне очень достоверным и до определенной степени архетипичным для всех периодов истории человечества. В отличие от Одиссея, в большинстве своем мужчины не возвращаются и чаще всего нет никаких указаний на то, как они умерли и где похоронены. Если мужья пропадают во время политических противостояний, то вдовы обычно лишены свидетельств достоверности их смерти.

2. Последствия войн: «пал на поле боя», «пропал без вести»

На памятниках XX-го века высечена история непрекращавшегося насилия. Любое кладбище в центральной Европе служит мемориалом, посвященным жестокой истории этого столетия. Повсюду памятники воинам с перечислением имен павших на поле боя и пропавших без вести. Причем память о страшных событиях порой не ставит четких барьеров: имена погибших во Второй мировой войне часто писались на памятниках, воздвигнутых после Первой. Порой даже не делалось различий между жертвами и преступниками (Domansky, 1997). Зато всегда различают «павших в бою» и «пропавших без вести».

Если со стороны Германии после Первой мировой войны было порядка одного миллиона пропавших без вести (прежде всего – солдаты), из которых 97 000 случаев так и не были до конца прояснены, то число пропавших без вести после Второй мировой войны возросло до почти 14 миллионов человек (солдаты и мирное население). В 1992 г., т. е. по прошествии сорока семи лет после окончания войны, около миллиона из этих случаев так и не были раскрыты (Smith, 1992). Более точные данные имеются о пропавших без вести американцах: после Первой мировой войны среди жителей Вашингтона пропавшими без вести считались 4 500, а после Второй – 139 709 человек (Nash, 1978).

Наряду с жертвами зверского режима национал-социалистов были также «стандартные» последствия большой войны. Около 12 миллионов немецких солдат оказались военнопленными, и приблизительно 15 миллионов беженцев скитались по Европе в поисках новой родины. Почти каждого так или иначе коснулась ситуация неизвестности, когда кто-то из родственников не числился среди погибших и пропал без вести.

Утвердилось два новых понятия: «заявитель» и «разыскиваемый». Вследствие войны почти каждый четвертый немец стал заявителем или разыскиваемым.

Курт Бёме (Böhme, 1965) рассказывает о работе служб поиска в Германии в течение двадцати лет после окончания Второй мировой войны. Даже если его описание того, как советские органы власти обращались с немецкими военнопленными, и предвзяты, тем не менее он приводит почти неизвестные сведения о большом количестве пропавших без вести. Поскольку Советский Союз не подписал Конвенцию об обращении с военнопленными 1929 года, он не взял на себя обязательств предоставлять Международному Красному Кресту информацию о военнопленных. В крупных немецких городах службы поиска объединили усилия по поиску всей возможной информации о разыскиваемых и передаче ее заявителям. Бёме пишет об их мотивации обеспечить хоть какую-нибудь ясность:

«...Пропавшие без вести могли быть военнопленными. Конечно же, специалисты знали, что они могли и погибнуть. Пока не было найдено подтверждения либо одного (плен), либо другого (смерть), все пребывало в неясности».
(Böhme, 1965, с. 160)

Интересным феноменом является сведение до двух всех мыслимых ситуаций, в которые может попасть солдат, – плен или смерть на поле боя. Они помогают держать под контролем страх перед неизвестностью. Так, смерть от голода в каком-нибудь концлагере не подходит ни под одну из этих двух категорий – она вызвала бы крайний ужас, а потому отвергалась. Позже, когда военнопленные с обеих сторон были возвращены, возник вопрос о тех, кто так и не вернулся:

«Действительно ли они погибли? Или их все еще удерживают?... Тогда снова возникало оно, то слово, которое становилось самым сильным

*мотивом всех изысканий службы поиска: достоверность, достоверность любой ценой»
(там же, с. 228).*

Бёме рассказывает еще об одном интересном феномене в контексте того, что люди числились пропавшими без вести в течение долгого времени после окончания войны, — о затаенной вере в так называемые «лагеря молчания». Людям казалось, что пропавшие без вести жили в Советском Союзе в лагерях, настолько изолированных от внешнего мира, что оттуда не могла просочиться даже малейшая информация.

*«...Все еще значащиеся пропавшими без вести, но, по всей вероятности, уже погибшие, оставались для их близких „живыми“, пока отсутствовали неопровержимые доказательства их смерти»
(Böhme, 1965, с. 227).*

3. Насильственные исчезновения – разновидность целенаправленного террора

Насильственные исчезновения были не только незапланированными, но неизбежными побочными эффектами войны, они также совершенно целенаправленно использовались против политических противников.

3.1. Насильственные исчезновения в истории России

Гражданская война в России, последовавшее за ней образование Советского Союза и, особенно, эпоха Сталина сопровождались массовыми нарушениями прав человека. Насильственные исчезновения были одной из распространенных форм террора при советском режиме.

В октябре 1917 г. Ленин и большевики захватили власть в России. Брест-Литовский мирный договор от 3 марта 1918 г. положил конец войне с Германией. Однако разгорелась жестокая гражданская война, жертвами которой пали в первую очередь прежний правящий класс и интеллигенция. 30 декабря 1922 г. было принято решение о создании СССР. Советы владели всей землей и средствами производства. После смерти Ленина в 1924 г. началась ожесточенная борьба за власть, которую выиграл Сталин. Он укреплял свою власть целенаправленным террором против политических оппонентов. «Я сотру их в лагерную пыль», – говорил Берия, сталинский начальник НКВД.

Арсений Рогинский из правозащитного общества «Мемориал» считает, что к началу XXI в. только могилы напоминают об этих зверствах, да и среди них известны лишь немногие:

*«...Сегодня это в первую очередь могилы: массовые захоронения расстрелянных в годы Большого террора и крупные лагерные кладбища. Однако тайна, окутывавшая расстрелы, была столь велика, столь мало источников, касающихся этой темы, удалось обнаружить, что сегодня нам известно лишь около 100 мест захоронений расстрелянных в 1937–1938 гг. – по нашим подсчетам, меньше трети от общего числа. Например, несмотря на многолетние усилия, не удается найти даже захоронения жертв знаменитых „кашкетинских расстрелов“ у Старого кирпичного завода под Воркутой. Что же до лагерных кладбищ, то их мы знаем лишь считанные десятки из нескольких тысяч когда-то существовавших»
(Рогинский, 2009).*

С 1923 по 1963 г. в советской системе ГУЛага погибло бесчисленное множество людей. Александр Солженицын был одним из главных критиков массовых нарушений прав человека, затронувших миллионы людей в сталинскую эпоху. Он описывает ночные аресты людей по абсолютно надуманным обвинениям – у пострадавших не было никаких шансов защитить свои права. Многие после таких арестов исчезли навсегда.

«А для оставшихся после ареста – долгий хвост развороченной опустошенной жизни. И попытка пойти с передачами. Но изо всех окошек лающими голосами: „Такой не числится“, „Такого нет!“ Да к окошку этому в худые дни Ленинграда еще надо пять суток толпиться в очереди. И только может быть через полгода – год сам арестованный аукнется или выбросят:

„Без права переписки“. А это уже значит – навсегда. „Без права переписки“ – это почти наверняка: расстрелян»
(Солженицын, 1973).

Вдвойне пострадали люди, угнанные во время Второй мировой войны в Германию и по возвращении в Советский Союз, будучи признаны предателями, снова ставшие жертвами репрессий. В базе данных под названием «Жертвы двух диктатур» «Мемориал» собрал и опубликовал данные о более чем 400 000 человек (Scherbakowa, 2002). Судьбы многих пропавших остаются, однако, по-прежнему невыясненными.

3.2. Директива «Ночь и туман»

В декабре 1941 г. в Германии была принята так называемая директива «Ночь и туман», которая позволила целенаправленно терроризовать население оккупированных районов насильственными исчезновениями. Режим, конечно же, понимал, каково их воздействие не только на непосредственно пострадавших, но и на все население. Целью было вселить в людей страх.

Кейтель, с 1938 по 1945 г. начальник штаба верховного командования вермахта (казненный в 1946 г.), подписал директиву «Ночь и туман» 7-го декабря 1941 г. Там были такие слова:

«Отныне не только правом, но и обязанностью войск является использование без каких-либо ограничений любых средств – даже в отношении женщин и детей – если это ведет к успеху. Всякое проявление милосердия является преступлением против немецкого народа»
(Wistrich, 1987, с. 199).

В качестве единственно возможного наказания за «преступление против государства» в данном указе называлась безотлагательная смертная казнь на месте. Если это было невозможно, виновного отправляли в Германию без оповещения родственников.

«...Любое сопротивление должно было наказываться не путем законного преследования виновных, а распространением атмосферы такого ужаса, который способен искоренить любую склонность к сопротивлению среди населения»
(цит. по: Mittler, 2000, с. 3).

Если такие заключенные или казненные упоминались в официальных документах, то использовалась аббревиатура NN, т. е. «арестованный в ходе акции „Ночь и туман“» (NN – Nacht und Nebel), причем NN, обозначающее еще и «non nominatur» (лат.), оставляло заключенных или казненных без имени.

Только в оккупированной Франции из-за применения данной директивы пропало без вести предположительно 7000 человек. Выживший после Холокоста Лео Эйтингер, проводивший исследования людей, переживших фашистские тюрьмы и концлагеря, пишет, что треть жертв Холокоста в Норвегии были названы NN-заключенными.

«...Они должны были раствориться в „ночи и тумане“, то есть остаться без связи с внешним миром, „исчезнуть“ для своих близких»
(Eitinger, 1990, с. 122f).

4. Насильственные исчезновения во время Холокоста

В то время как местонахождение попавших в плен солдат можно было хоть как-то проследить по реестрам и спискам, и их исчезновение без вести – разумеется, представляющее собой страшную личную трагедию – можно было хоть как-то объяснить, то бессмысленный, убийственный механизм фашистских лагерей уничтожения дает лишь непостижимую для человеческого разума картину нескончаемого человеческого страдания. Многие тысячи людей погибли в концлагерях и гетто. Были уничтожены не только отдельные люди, но и целые семьи, их соседи, друзья. Некоторые из этих людей так никогда и не были найдены, поскольку не осталось никого, кто мог бы их искать.

Архитектор Даниэль Либескинд пишет в своем эссе о травме и пустоте:

«Я посетил старое еврейское кладбище Вайсензее. Когда шел по этому тихому месту, почувствовал и увидел окаменевшую „пустоту“, возведенную непоколебимой верой общины в будущее... Там множество больших мраморных надгробий, установленных некогда еврейскими семьями для себя и своих потомков. На камнях оставлены места для гравировки их имен. Глядя на это, я понял, что ни один из них никогда не придет и не увидит пустоту этих могильных плит – никого из них нет в живых» (Libeskind, 1999; с. 3f).

Многие истории жизни теряются в неизвестности сразу после депортации людей. Выжившие родственники знают, что это исчезновение почти всегда было равно убийству. Их страдание усугубляется неведением того, как их близкие ушли из жизни, и отсутствием возможности совершить прощальный ритуал.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.