

ПЕДАГОГИКА

УДК 371

Л. К. Гаврилина

Психологическая помощь взрослеющим взрослым: социально-культурная феноменология детства как ресурс

В статье обсуждается проблема психологического сопровождения личностного развития взрослых людей. Рассматривается обращение к пространству детства индивида и теме детства в текстах культуры как способ актуализации ресурсов личности.

Ключевые слова: *возраст, сепарация, психологическое рождение, пространство детства, феноменология детства, детское воспоминание, куклотерапия, музыкотерапия, изотерапия.*

Gawrilina L. K. Psychological care for adults: a socio-cultural phenomenology of childhood as a resource

The article discusses the problem of psychological support of personal development of adults. Method of actualization of personality resources — analysis of childhood memories and themes of childhood in texts of culture.

Keywords: *separation, psychological birth, childhood space, phenomenology of childhood, childhood memory, doll therapy, music therapy, isotherapy.*

...И вот на все вопросы о судьбе
Дает один ответ туманным словом:
« В тебе, о бывшее дитя, в тебе».

Р. М. Рильке. Взрослая

Развитие человека в течение его жизни традиционно обозначалось термином «онтогенез». В современной психологии утверж-

дается термин «индивидуумогенез» — развитие индивидуума в его отдельности и целостности. В понятии «возраст» отражается реализованная часть процесса становления всех модусов человека [2]. Возрастов у человека несколько:

- биологический — определяется совокупностью обменных, структурных, функциональных, регуляторных особенностей и приспособительных возможностей организма;
- психический — включает в себя умственный возраст, а также субъективное переживание возраста, его самооценку, субъективное переживание длины прожитой жизни;
- психологический возраст — обозначает определенную, качественно своеобразную ступень онтогенетического развития, это физический возраст, которому соответствует человек по уровню своего психологического развития;
- социальный возраст — уровень социальных достижений индивида (карьера, общественное положение, семейный статус и т. д.) в сравнении со статистически средним уровнем людей одного с ним возраста;
- культурный возраст: а) достигнутый ребенком уровень культурного развития, соотносимый с хронологическими и интеллектуальными характеристиками возрастного развития; б) возраст личности, характеризующий степень полноты сформированности личностной структуры.

Возрасты человека относительно самостоятельны, но связаны между собой и с типами зрелости как порогового развития соответствующих функций, способов их организации: биологическая зрелость, психическая, психологическая, личностная (социальная), культурная. Зрелость отделяет детский, ювенильный период жизни человека от взрослого периода, периода расцвета (акме).

В различных периодизациях за основу берут те или иные показатели развития человека, но неизменно признается самоценность каждого возраста, его вклада в жизненный контекст. Особой ценностью обладает детство — как время физического и психологического роста, накопления психологических новообразований, освоения социального пространства, становления рефлексии на все отношения в нем [4; 5; 18].

В XX веке появились и в XI продолжают развиваться фундаментальные авторские концепции, объясняющие феномен детства[3]:

— *детство как период присвоения богатств родовой культуры* (Д. Б. Эльконин);

— *детство как период становления социальных отношений и опыта взаимодействия с окружающим миром* (Д. И. Фельдштейн, Ш. А. Амонашвили);

— *детство как период культууроосвоения и культуросозидания, результатом которого будет явление детской субкультуры* (В. Т. Кудрявцев, А. Б. Орлов и др.);

— *детство как время выражения, осознания и закрепления чувства* (В. В. Зеньковский).

В отечественной психологии наряду с понятием «детство» используется понятие «мир детства». Как синоним «пространства детства» оно отражает объективную реальность — специфически детские способы поведения, элементы сознания, целостное пространство жизнедеятельности и развития ребенка. В контексте же проблемы изучения ребенка как субъекта мира детства этим понятием выражается субъективно переживаемое состояние детства. В обоих смыслах психологически точны слова А. де Сент-Экзюпери: «Мы родом из детства, словно из какой-нибудь страны...». Ведь у каждого взрослого свое пространство детства и свое субъективное переживание отношений, пронизывающих это пространство, и событий, в нем происходящих. В идеале все детские периоды жизни полноценно проживаются, все задачи психосоциального развития в них решаются, все сепарационные процессы (сепарация от родителей, психотравмирующих ситуаций) своевременно и благополучно завершаются. Однако идеала в социальной жизни, как известно, нет. «И государство, и родители конституируют амбивалентное отношение к пространству детства. Так, с одной стороны, родители относятся к детям как к самому драгоценному, как к самому дорогому, что есть у них на свете. Общество рассматривает детство с точки зрения наиболее ценного капиталовложения, от которого зависит будущее состояние этого общества. С другой стороны, дети для родителей — это непосильная ноша, они требуют серьезных затрат различного плана, в т. ч. моральных, материальных. Для общества же дети — это еще одни претенденты на его ресурсы, это иждивенцы, содержание которых обходится государственной казне достаточно дорого. Такое амбивалентное отношение общества и родителей к детству на уровне

конструктов находит отражение в реальных практиках, в реальном поведении как самих детей, так и взрослых» [11].

И потому многие взрослые, клиенты психологических служб, имеют психологический возраст ниже паспортного, а корни их проблем — в далеком детстве.

Консультанты, работающие с применением психоаналитического подхода, предлагают клиентам совершить экскурс в детство. Что происходило в детстве, какие события, факты, эмоциональные переживания повлияли на поведение, поступки, эмоциональные реакции взрослого человека? Из памяти извлекаются, проживаются (с применением психодраматических, арттерапевтических техник) и анализируются эпизоды, относящиеся к разным периодам детства (раннее, дошкольное, школьное). Устанавливается связь между психологическими трудностями, переживаемыми в настоящем, и ситуациями объективной детской беспомощности и социальной зависимости. Происходит разблокировка отрицательно заряженных эмоциональных блоков в бессознательном, повышается уровень осознанности своего эмоционального состояния, формируются рефлексивные навыки.

Эффективным является контент-анализ ранних детских воспоминаний, предложенный А. Адлером и широко применяемый в современной психологической практике [16]. В предъявленном воспоминании консультант фиксирует следующие содержательные категории:

— люди: отец, мать, братья-сестры, двоюродные братья-сестры, бабушки-дедушки, посторонние люди;

— тип события: опасность, несчастный случай, болезнь, смерть, проступок, новая жизненная ситуация, ситуация оценки;

— способ восприятия ситуации: преобладающий вид чувствительности, ощущение принадлежности (я-ситуация или мы-ситуация), эмоции и чувства;

— психологическое пространство: объем (суженный, расширенный), насыщенность людьми, объектами живой и неживой природы, положение в пространстве ребенка и других людей, активность субъекта, способы преодоления разобщенности или достижения автономности, типичные психологические затруднения, особенности эмоционального реагирования (вербализация эмоций, их динамика).

На основе этих содержательных категорий выделяется и исследуется идея жизненного стиля, которая затем подвергается реори-

ентации: происходит непосредственное изменение представлений о жизни и способов поведения в типичных жизненных ситуациях. Однако воспоминания могут быть не только травмирующими и несутщими непродуктивный жизненный стиль, но и ресурсными. Тогда обращение к ним дает силы для преодоления неизбежных трудностей взросления или кризисов взрослой жизни.

Тема ресурсных ранних воспоминаний как источников будущей жизнестойкости человека часто звучит в художественных текстах. Так, Валерий Попов в автобиографическом романе «Горящий рукав» приводит несколько ранних воспоминаний. Два из них — очень ранние, относящиеся к младенческому периоду. В первом автор констатирует у себя природные предпосылки будущего сильного характера: «Помню скрип, холод, вкусное мое дыхание с облачком пара, белые холмики. Зима. Неужели — первая в моей жизни? Помню проезд вдоль дома с освещенными окнами и уже — готовность к тому, что сейчас стена дома оборвется и наступит бескрайняя тьма. И — первое ощущение твердости характера: погляжу — и не испугаюсь! Видал уже! Ощущение активности, силы ума и характера — хотя, наверное, был спеленут тогда и пошевелиться не мог. Но отпечаталось — первая победа! Все ясно сразу и потом только подтверждается» [14, с. 3].

Во втором воспоминании — переживание покоя, безопасности, кратковременное одиночество и радость возврата, обретения близости родных людей, тепла и комфорта: «Я сижу в ванночке у печки, и на фоне гаснущего окна темнеет большими листьями кривой фикус, рядом несколько темных человеческих фигур. Судя по тому, что я не чувствую никакого волнения, а лишь покой и уют, фигуры эти теплые, мягкие. Ласковые, уже знакомые мне и дарящие удовольствие. Помню мутно-серую мыльную воду в серой «звездчатой» цинковой ванночке и тревожное ощущение остывания воды, ухода блаженства. Отчаяние — я не могу даже самым близким людям объяснить это: не могу еще говорить! И — помню ликование: мир внимателен и добр, меня любят в этом мире! Бултыхание струи кипятка, пар на окнах, грубовато-ласковое движение распаренной руки, сдвигающей мое слабое тельце в сторону от струи. Но я и сам энергично-весело подвигаюсь, но не слишком, чтобы чувствовать горячую струю через подушку воды, двигаюсь туда-сюда, чтобы найти точку, где граничат ужас и блаженство, — я уже чувствую, что именно там лучше всего. И

не поймав точку тогда, не поймаешь и после... Но тут какая-то чужая фигура появляется в комнате, и все долго разговаривают с нею, забыв обо мне. Остывает вода и остывает счастье. Неужели так будет кончаться все? Я чувствую неловкость от моей обнаженности, пытаюсь спрятаться, сникнуть в холодной мутной воде. Но тут снова все вспоминают меня и, сойдясь вокруг ванны, вынимают меня, шумно плеща водой, и, держа на теплых больших руках, обжимают, а потом трут большим колючим полотенцем, и снова — жар и восторг! Чем же ты будешь жить, если не запомнишь все это?» [14, с. 6].

Писатель подчеркивает значение таких счастливых моментов именно в начале жизни: «Рай должен быть, и как раз в начале, а не в конце — иначе долгую трудную жизнь не вынести» [14, с. 7]. И это действительно так: базовое доверие к жизни, установка «Мир хороший, жить хорошо» формируется в младенчестве, если ребенок окружен заботой и его потребности удовлетворяются любящими близкими людьми. Дефицит базового доверия выступает препятствием творческой самоактуализации: она требует риска, а потребность в психологической безопасности мешает рисковать.

В групповой работе, ориентированной на личностный рост, широкое распространение получили направления арт-терапии, связанные с обращением к феноменологии детства: куклотерапия, музыкотерапия (колыбельные песни), изотерапия.

Кукла, являясь эстетическим текстом культуры, выступает также носителем структурных архетипов, с которыми связан набор ролей и особенностей характера взрослого человека, мишенью для проекций его психологических затруднений.

Как текст культуры кукла обладает поливалентной чувственно-выразительной формой и является системой большой сложности со слабовыраженным семиотическим характером [12; 15]. Последнее обусловлено:

- конструктивным смешением различных эстетических перцепционных знаков;
- необходимостью «перевода» этих знаков на вербальный язык;
- возможностью использовать каждый элемент куклы в статусе «слова»;
- наличием внеязыковых элементов, которые можно интерпретировать как языковые;

— сочетанием подлежащего узнаванию семиотического с подлежащим пониманию семантического.

Смысл куклы рождается в момент его «считывания», то есть отношение интерпретирования неизбежно включено в ее текст. Поэтому как эстетический текст кукла не сводится к единственному адресному сообщению: каждому коммуниканту-адресанту предстоит встреча со смыслом, который откроется именно ему.

В современной психологической практике признана эффективность позитивной куклотерапии, которая направлена на работу с проблемами женщин на глубоком архетипическом уровне. «Цель методики — сделать доступными все архетипы, полный ролевой набор, чтобы в разных условиях и возрасте женщина могла их беспрепятственно использовать: переходить из одного образа в другой, быть эффективной в разных жизненных ситуациях и наслаждаться полноценной жизнью» [17]. Технология предназначена для помощи во взрослении, перехода из одного статуса в другой — от девочки к девушке, далее к женщине и уже к бабушке. За каждой куклой стоит определенный образ, структурный архетип: совокупность внешних признаков, ролей, которые человек играет в жизни, определенные привычки, склад характера. Во время изготовления куклы происходит очень глубокий разговор о том, что она означает, при этом используются песни, поговорки, сказки, библейские истории. Клиентки погружаются в медитативное состояние, сталкиваются со своими чувствами, у них активизируются структуры родовой памяти. В результате улучшается самочувствие, исчезает ощущение механистичности жизни.

Глубокие психологические «инструкции», создаваемые веками, содержат все виды русского фольклора: былины, сказки, песни, в том числе колыбельные. Народные колыбельные являются тем жанром, что объединяет нацию: они пелись многие столетия всем детям вне их сословной принадлежности.

Исследователи отмечают следующее значение колыбельных для развития ребенка [1; 9]:

— совпадение ритмов раскачивания люльки (зыбки) и колыбельной песни с ритмичностью пульса и дыхания оказывает успокаивающее и усыпляющее действие;

— ребенок ощущает близость с матерью, ее любовь, нежность, поддержку;

— колыбельные способствуют развитию речи и мышления: установлена взаимосвязь между слушанием колыбельных песен в детстве и интеллектуальным потенциалом человека в зрелом возрасте;

— в колыбельных песнях зашифрованы уникальные знания о мире, которые пробуждаются в генетической памяти ребенка;

— это первое поэтическое переживание ребенка, инициация в поэзию;

— посредством содержания колыбельных песен в момент засыпания (в просоночном состоянии открыт доступ к подсознанию) происходит интенсивное опосредованное обучение ребенка, в подсознание закладывается позитивная программа будущей жизни.

В психологических исследованиях установлено психотерапевтическое воздействие слушания колыбельных на взрослых людей: воссоздание в памяти мира детства способствует утилизации стрессовых ситуаций; компенсируется дефицит родительской (особенно материнской) любви; повышается уверенность в себе и близких, снимаются внутриличностные конфликты.

Детское изобразительное творчество также является неотъемлемой составляющей мира детства. Поэтому в ходе изотерапии для взрослых существует возможность установления связи между характером изобразительной работы, опытом детства и актуальными взаимоотношениями и проблемами на данном этапе жизни [8].

Помимо рисунков огромным коррекционным потенциалом обладает художественная коммуникация: общение с картиной и по поводу картины, сюжет которой отсылает к периодам детства и отрочества.

В постоянной экспозиции Национальной галереи Республики Коми есть картина А. М. Корина «Опять провалился», 1894, холст, масло. Сюжет не нов: ученик пришел домой с отрицательным учебным результатом. Но это не младший школьник (Ф. П. Решетников. Опять двойка, 1952), а юноша. Возраст взросления. Время решения важнейшей возрастной задачи — сепарации от матери и принятия на себя ответственности за все происходящее в жизни, в том числе и за результаты любой деятельности [6, 7, 10, 13, 19]. Безучастной, погруженной в себя выглядит мать. Она отвернулась, всем своим видом словно бы говоря: «Я устала, я уже ничего не могу изменить. Я, наверно, плохая мать». Не выглядит сочувствующей и младшая сестра: в ее взгляде смесь разочарования и осуждения. Юноша опустил голову, правая ру-

ка прикасается к ножницам на углу стола. Рука с ножницами — практически в центре картины. Что можно сделать ножницами? Разрезать. Когда ребенок родился, тот, кто принимает роды, обрезает пуповину. Происходит физическое рождение и физическое отделение ребенка от матери. Юноше самому предстоит обрезать психологическую пуповину и психологически родиться: стать самостоятельным, отчитываться перед самим собой, проблемы адресовать себе. И он сделает это: за его спиной открытая дверь комнаты, за нею — еще одна, тоже открытая, в проеме — свет. Цвет формы рифмуется с цветом дорожки на полу, двери. Юноша повзрослеет и уйдет в самостоятельную жизнь, в большой мир за окном. Ведь мир — дом мужчины. И, может быть, именно эта неудача, в которой он впервые почувствовал себя наедине с собой, и станет отправной точкой личностного роста.

Диалог у картины не прошел бесследно для студентов, изучающих курс «Педагогика и психология». Некоторые высказывания:

— я увидела, что результат учебы, его восприятие, чувства, которые возникают у ученика, — вечная тема педагогики, которая находит отражение в искусстве;

— я впервые задумался над связью между отношением к результату и личностной зрелостью;

— я сделал перенос на себя, мне есть о чем подумать;

— я хочу найти информацию о психологическом рождении и почитать;

— я почувствовала, как это трудно — перейти из детства в зрелость, поняла, что иногда это происходит в одиночестве, а самое главное — не все делают этот шаг.

Парадоксальность пространства детства состоит в том, что и при наличии психологического неблагополучия, материальных или иных дефицитов оно всегда — мощный ресурс. Только в детстве — открытый взгляд на мир, непосредственность, спонтанность, событийность каждого дня. Важно остаться в контакте со своим детством, чтобы понимать себя и других. Ведь они тоже — родом из детства.

* * *

1. Аллахвердов В. М. Психология искусства. Эссе о тайне эмоционального воздействия художественных произведений. СПб.: ООО «Издательство ДНК», 2001.

2. Гаврилина Л. К., Бызова В. М. Кризисы взрослой жизни: моменты роста. СПб.: Речь, 2010.

3. Гогоберидзе А. Г., Деркунская В. А. Детство как социокультурный феномен и категория дошкольной педагогики. URL: <http://kdp-spb.ru/pedagogika/problemy-pedagogiki-2.html>

4. Данюшенков В. С., Иванова Н. В. Современные представления о социальном пространстве. URL: http://ortalus.ru/modules/shkola/rus_readme.php

5. Демакова И. Д. Педагогика и психология о феномене «пространство детства». URL: [CyberLeninka.ru/Научные статьи/...-prostranstvo-detstva-1](http://CyberLeninka.ru/Научные_статьи/...-prostranstvo-detstva-1)

6. Елисеева И. Психологическое рождение. Сепарация. URL: http://popsy.ru/articles/full...psihologicheskoe_rozhdenie

7. Ильин Е. П. Психология взрослости. СПб.: Питер, 2012.

8. Копытин А. И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, 1999.

9. Лорка Ф. Гарсиа. Колыбельные песни. URL: <http://ermolina-art.ru2data/documents...F.G.Lorka...pesni.doc>

10. Малкина Пых И. Г. Возрастные кризисы взрослости. М.: ЭКСМО, 2005.

11. Митрофанова С. Ю. Парадоксы пространства детства. URL: <http://vestnik-samgu.samsu.ru/gum/2007web1/soci/>

12. Лотман Ю. М. Куклы в системе культуры // Избранные статьи: в 3 т. Таллинн, 1992. Т. I. С. 377—380.

13. Олифинович Н. И., Малейчук Г. И. Репарация и самовосстановление: от симбиоза к сепарации // Журнал практической психологии и психоанализа. 2009. № 2. URL: [http://psyjournal.ru/Все статьи/detail.php?ID=2957](http://psyjournal.ru/Все_статьи/detail.php?ID=2957)

14. Попов В. Горящий рукав // Звезда. 2006. № 5. С. 3—67.

15. Романова Н. В. Кукла как эстетический текст культуры: специфика языка // Вестник МГУКИ. 2011. № 4 (42). С. 75—81.

16. Сидоренко Е. В. Терапия и тренинг в концепции Альфреда Адлера. СПб.: Речь, 2002.

17. Слабинский В. Ю. Психотерапевты Приморья помогут женщинам обрести счастье и гармонию с помощью ...кукол. URL: <http://VladMedicina.ru/Статьи/...-psihoterapevty...>

18. Щербаков И. Детство — это особое пространство. URL: <http://proza.ru/diary/chelo/2014-07-23>.

19. Холлис Д. Грезы об Эдеме. В поисках доброго волшебника. М.: Когито-центр, 2011.