

**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 бренные 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 травматизации, 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.

Бесследное исчезновение близкого человека – это всегда потеря при особо тяжелых обстоятельствах. При насильственном исчезновении родственники пропавшего сталкиваются с неподдающимся 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 потерять 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».*

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 невечна**

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».*

### 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»*

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 хотя 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.

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»*

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»*

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»*

Все три параметра немислимы 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»*

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 безнадежная 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»*

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»*

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.

Позже Мэри Мэйн (Main, 1986) описала еще одну, четвертую, форму привязанности – *небезопасная привязанность дезорганизованного типа*. Дети, относящиеся к группе с такой формой привязанности, проявляют неформленную 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»*

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»*

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»*

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»*

### 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»*

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»*

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»*

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»*

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 вломилась 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»*

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.

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.

Горюющие 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 вернуться. 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»*

### 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 «цеплянии» 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 признает свою печаль и горе»*

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»*

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»*

### 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 (достижение 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»*

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»*

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»*

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»*

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»*

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»*

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»*

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 подружкой. 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).

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»*

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»*

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»***

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



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»*

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. Постижение 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»*

#### 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»*

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»*

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»*

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 убивали» (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 важна 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»*

### **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»*

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»*

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»*

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»*

#### 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, выступить 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»*

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 обрушить 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».*

#### **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 непроверяема.

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.

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»*

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»*

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»*

## 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 покрывала“, чтобы „высушить“ погибшего»*

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»*

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...»*

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»*

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

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»*

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.

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 тяжелая утрата сильно повышает риск психических осложнений, таких как симптомы депрессии, депрессивные эпизоды тяжелой степени и симптомы тревожных расстройств».*

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»*

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»*

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»*

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“»*

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 царит надежда, что муж еще вернется. Все остальное категорически отвергалось и отрицалось.

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»*

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 Бэkker (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»*

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»*

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 превалирующим признаком является одиночество, то после смерти ребенка оно не кажется преобладающим. Соответственно, чувство одиночества после смерти супруга/супруги обычно не облегчается присутствием ребенка»*

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».*

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»*

### 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»*

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»*

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»*

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»*

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...»*

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 вернуться 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.

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 бесчисленным 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 НЛО. 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»*

## 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. (Nomer, 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».*

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»*

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»*

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 удастся 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»*

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»*

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»*

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»*

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»*

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»*

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.

*«Меня волнует особая проблема, касающаяся концентрационных лагерей, а именно – отсутствие могил. На протяжении всей истории человечества похороны как ритуал имели огромное значение. Я часто слышу от пациентов: „Если бы только я мог прийти на могилу моего сына, моей матери, моего отца!“»*

В последние дни Второй мировой войны тысячи узников, особенно евреев, угонялись на запад, подальше от наступавшей советской армии. Многие из них были расстреляны в пути и сброшены в общие могилы. Многие могилы до сих пор не найдены, и поиск продолжается – например, в федеральной земле Бургенланд в Австрии. Население не проявляет большой активности, а пейзаж настолько изменился, что немногие оставшиеся свидетели не находят ориентиров.

Еврейские дети, пережившие Холокост в тайных убежищах, после освобождения вынуждены были осознать, что родители больше не вернуться, да и из всей семьи мало кто выжил (напр.: Keilson, 1979; Fink, 1996).

В данной работе возможен лишь краткий очерк Холокоста, хотя размышления и исследования в этой области представляют собой одну из основ рассматриваемой нами тематики. При попытке описать исторические масштабы насильственных исчезновений как преступного политического инструмента нельзя не написать о систематическом уничтожении евреев как о, пожалуй, самой зверской и наиболее системной форме разлучения близких. Насильственные исчезновения никогда не были центральной темой литературы о Холокосте. Этот термин почти не встречается ни в предметных указателях, ни в оглавлениях книг. Но почти во всех биографиях и психотерапевтических случаях людей, переживших Холокост, исчезновение родных и напрасная надежда на их возвращение после войны описываются как самый ужасный период жизни после Холокоста – зачастую вкупе с чувством вины, которое испытывают выжившие (ср.: В. Klüger, 1994; Zeman, 1995).

Исторический масштаб истребления национал-социалистами целых этнических групп и прежде всего еврейского населения – под предлогом «окончательного решения еврейского вопроса» – можно обрисовать холодными цифрами. В лагерях смерти было уничтожено около трех миллионов евреев и, по всей вероятности, примерно столько же было убито в местах проживания и на местах казней. Смерть еще около шести миллионов человек (а скорее всего, даже большего числа людей) стала результатом общей работы нацистской машины смерти (Longerich, 1989; Heyl, Schreier, 1994).

Шесть миллионов убитых придают Холокосту уникальный статус среди всех преступлений против человечества. Статистика неспособна передать это надлежащим образом. Но все же назвать цифры необходимо, чтобы масштаб геноцида стал очевиден: 165 000 евреев из Германии, 65 000 из Австрии, 32 000 из Франции и Бельгии, более 100 000 из Нидерландов, 60 000 из Греции, столько же из Югославии, более 140 000 из Чехии и Словакии, полмиллиона из Венгрии, 2,2 миллиона из Советского Союза и 2,7 миллиона из Польши. Еще 200 000 погибли в ходе резни и погромов в Румынии и Преднепровье, другие – евреи из Албании, Норвегии, Дании, Люксембурга и Болгарии – также были депортированы и убиты. Все они – напрямую или косвенно – стали жертвами нацистской идеологии, провозглашавшей превосходство арийской расы (Benz, 1995).

И эта статистика делает очевидной практику насильственных исчезновений. Речь при этом идет лишь о минимальных цифрах – о многих жертвах Холокоста мы ничего не знаем и по сей день. Нет полных списков погибших, неизвестны места их погребения.



Философский подход к этой проблеме говорит о том, что подобные события способны поколебать веру в человечество.

*«Такое явление, как Освенцим, относится к глубинным слоям нравственности цивилизованного человечества, затрагивающим главные постулаты поведения людей по отношению друг к другу. Массовое истребление, бюрократически организованное и осуществленное промышленным способом, означает не что иное, как опровержение цивилизации»*

Массовое истребление в концентрационных лагерях было одной из фундаментальных установок Третьего рейха. Попаст в лагерь означало быть полностью вычеркнутым из общества. Существование концлагерей продемонстрировало, какую деструктивную власть одна группа людей может иметь над всеми остальными (Моммзен, 1992). Никакой опыт предыдущей жизни не готовил людей к существованию за колючей проволокой. Предположение Ханны Арендт, что лагеря создали реальность, которую невозможно постичь никакими социально-экономическими инструментами познания, и что невозможно передать, что представлял собой Холокост, с помощью обычных понятий, объясняет то, что по сегодняшний день предпринимаются многочисленные попытки описать его и рассказать о нем. Или, как пишет Хенри Кристэл:

*«...Типичными являются последствия массового столкновения со смертью. Проблемы отождествления со смертью среди переживших концентрационные лагеря довольно заметны. Многие из них были абсолютно не в состоянии радоваться жизни, а воспринимали себя как живой памятник этим „замученным шести миллионам“»*

До 1938 г. в Вене проживало примерно 180 000 евреев, что составляло 9,4 % населения (Бекерманн, 1989). После вспышки жестокого насилия против них вследствие аншлюса 1938 г. многим евреям в Вене стало ясно, что они не могут там больше оставаться.

*«Как ни странно, эта схожая с погромами вспышка народного гнева... спасла жизнь некоторым евреям... Неприкрытое насилие, обрушившееся на евреев в Вене, призвало их к сбору чемоданов»*

Несмотря на это почти треть австрийских евреев погибла в машине уничтожения Третьего рейха. Мало кто из эмигрировавших вернулся по окончании войны, но и им не удалось почувствовать себя снова дома.

После захвата власти национал-социалистами насильственные исчезновения евреев стали повсеместными. В качестве примера судьбы миллионов пропавших без вести и их близких можно привести биографию Леона Зельмана (Zelman, 1995). Он очень выразительно описывает, как без единого слова прощания потерял свою мать и брата и как искал выживших членов семьи после 1945 г.

#### 4.1. Жизнь в гетто

В гетто в любое время человек мог просто исчезнуть, пока дети были в школе или мать ходила за покупками.

Многие родители пытались спасти своих детей, спрятав их у нееврейских сослуживцев или друзей, в католических пансионах и пр. Юдит Кестенберг пишет:

*«Многие матери боролись за жизнь своих детей и готовили их к жизни без родителей... но все же дети чувствовали себя брошенными своими матерями»*

В случаях, когда родители надежно прятали своих детей, можно было, по крайней мере, проститься с родителями, хотя такое прощание трудно было осознать, особенно маленьким детям.

Но все же далеко не всегда такое прощание было возможным. Зельман описывает, как они с братом вернулись домой из школы, а матери уже не было:

*«Мы начали громко - на всю улицу - звать: „Мамочка, мамочка!“. Ни один человек не обернулся, не обратил на нас внимания, никто не заговорил. Люди проходили мимо нас, будто нас не было. Такие сцены можно было увидеть часто. Смерть близких и отчаяние стали повседневностью. У большинства стремление выжить самому было сильнее желания помочь другому... Свою мать мы не увидели больше никогда»*

Ужас исчезновения близких стал в гетто повседневным, и детей, которых это коснулось, было так много, что они даже в первый момент шока и боли не получали никакого утешения от окружающих людей.

*«Да, исчезновение было правилом, воссоединение - исключением из него»*

## 4.2. Разлука в концлагере

На перроне Освенцима многие, прошедшие дни и даже недели в тесноте вагонов для скота, виделись со своими близкими в последний раз. Семьи разделялись – на тех, кто считался работоспособным, и тех, кто таковым не считался. Выбор этот часто был абсолютно случайным. Прямо Леви пишет о прибытии в Освенцим:

*«Что произошло с ними – женщинами, детьми, стариками – мы не узнаем никогда: их просто поглотила ночь. Сегодня мы знаем, что путем случайного выбора каждый из нас оценивался как способный или неспособный работать на благо рейха; мы знаем... что из более пятисот человек спустя два дня в живых не осталось никого... Так, мгновенно, зверски были уничтожены наши жены, родители, дети. Почти ни у кого не было возможности проститься с ними. Мы видели их в течение лишь нескольких минут – темную массу, стоящую на другом конце перрона. Потом мы больше не видели ничего»*

Выжившие вновь и вновь повторяют, что сила жить дальше приходила, когда человек был не один. Вместе с кем-то из членов семьи или новым другом становилось возможным увидеть смысл в дальнейшей жизни. Так, мальчики собирались в компании, становившиеся им семьями. Внутри таких групп существовали четкие правила, и, насколько это было возможно, каждый защищал друга от враждебного мира.

*«В этих своих „сообществах“ друзей и родственников они могли сохранять доверие, уважение и человеческое достоинство в условиях страшного разрушения, которое постоянно угрожало их жизни»*

После исчезновения матери Леон Зельман и его брат, прежде чем их отправили в Освенцим, еще какое-то время оставались в гетто. Оглядываясь назад, на ситуацию, когда он остался со своим братом один, а все остальные родственники были потеряны, Зельман пишет:

*«Четыре с половиной года я провел в гетто Лодзи. Я потерял мать и всех родных, кроме брата. Как было вынести все эти утраты? Мертвые стали спутниками нашей жизни. Эта вереница призраков сопровождала нас повсюду. Но мы не смотрели ни направо, ни налево, чтобы не сойти ума... И в самих себя мы старались не заглядывать. Иначе мы бы заметили, что у нас украли нашу юность, искалечили чувства, что не только вокруг нас, но и внутри нас был запущен процесс уничтожения... Можно ли было в таком положении ставить себе какие-то цели? У меня больше не было матери. У меня больше не было семьи. Но у меня был брат, и его нужно было защищать»*

Целью четырнадцатилетнего Леона стало быть отцом и матерью своему двенадцатилетнему брату. Но затем и брат, заболев и оставшись в бараке трудового лагеря, исчезает без прощания.

*«Шайека больше не было. Это могло означать только, что Шайека больше не было. И больше ничего. Я отказывался думать, что он умер»(там же).*

Остался лишь кусок хлеба. И хотя Леон и привык съедать хлеб, оставшийся после умерших, он не мог заставить себя съесть хлеб брата.

*«Я был голоден! Все ели хлеб умерших! Да, это было так. Но Шайек не был мертв, и у меня не было права на его хлеб. Раз я не ел его хлеб, хотя мой желудок громко требовал этого, значит я не признавал его смерти»*

После потери последнего родного человека Леон все больше сближается с одним своим другом-ровесником, с которым он был знаком раньше. Тот становится для Леона опорой, давая ему возможность жить дальше. Помимо этого, жива надежда, что близкие, находившиеся в других лагерях, выживут.

### 4.3. Поиск выживших родственников после войны

По окончании войны и Холокоста постепенно приходит осознание произошедшего и в этом контексте встает вопрос о родственниках. После первых недель свободы и некоторого физического восстановления у Леона Зельмана тоже стали возникать вопросы:

*«Чем больше мы чувствовали себя людьми, тем лучше осознавали то, что с нами случилось. Я еще не знал окончательного ответа на вопрос о судьбе своих родных, мамы, Шайека. Мы ежедневно изучали списки людей в надежде узнать хоть что-нибудь... Возможно, кто-то из двоюродных братьев или тетка спаслись. Мы так быстро потеряли друг друга из виду. Уже завтра спасительный листок с фамилиями мог висеть на доске. Разговоры об этом были целительными: произнося друг перед другом слова надежды, мы находили то, чего искали – тепло и чувство защищенности»*

Поиск становится каждодневным ритуалом, предпринимаются энергичные и творческие попытки найти хоть какой-нибудь ответ. Царит надежда найти родных выжившими. Но в то же время это и поиск истины. Выжившие хотят знать, что случилось, и уж если встрече не суждено состояться, то должны быть, по крайней мере, выяснены обстоятельства смерти и место, где погибли и захоронены разыскиваемые. Однако чаще всего и этот поиск был напрасен.

*«Многие не находили ничего, и все равно продолжали каждый день ходить к доске объявлений. И для многих из нас постепенно становилось ясно: мы остались одни»*

Ю. Кестенберг и И. Бреннер приводят слова выжившего молодого человека, искавшего свою мать. Боль от невозможности похоронить мать выражается в форме настоящего времени и как вопрос, на который нет ответа.

*«Я даже не знаю, где ее прах, – размышлял он с горечью, – и это сильно ранит меня. Как можно лишить человеческое существо места вечного упокоения?»*

Бесследное исчезновение родственников, без места захоронения, угнетало выживших годами и десятилетиями. Поиск мог быть очень долгим – длиною в жизнь.

В своем психиатрическом заключении Дэвид Розен в 1999 г. описал симптоматику одной женщины из Нью-Йорка. Пациентка проводила дни, прочесывая улицы Манхэттена в поисках матери, и каждый раз была в отчаянии, не находя ее. В юности вместе с матерью ее отправили в Освенцим, где на перроне они виделись в последний раз. С тех пор о матери ничего не было слышно.

Хотя эта женщина вела вполне благополучную жизнь на своей новой родине – в США: она работала, у нее было двое детей, – в возрасте семидесяти лет ее психическое состояние значительно ухудшилось – поздняя психотравматическая стрессовая реакция проявилась в неприятии реальности и бесконечных поисках матери.

Во многих случаях желание узнать хотя бы дату и место гибели родных оставалось неудовлетворенным, выжившие оставались ни с чем.

*«Их ожидания найти пропавших родственников ослабевали с годами, как и их кошмарные сны»*

Когда стало ясно, что их режим проигрывает войну, нацисты пытались уничтожить следы зверств.

*«...экскаваторами трупы вырывали из ям и сжигали на решетках из рельсов. То, что оставалось, измельчалось в мельницах для костей. В завершение всего пепел и остатки костей снова сыпались во рвы»*

Попытки окончательно уничтожить доказательства вины в самом крупном преступлении против человечества наносили еще один удар по выжившим жертвам – у них отбирали последнюю информацию об их близких.

#### 4.4. Попытки сохранить воспоминание: магические и переходные объекты

Такая «пустота» заставляла людей, потерявших своих близких во время Холокоста, находить иные способы сохранить воспоминания о них. Собирались и сохранялись памятные предметы, небольшие реликвии, личные вещи. Такие объекты могли быть как неодушевленными, так и живыми, например, домашние животные, как бы представлявшие собой потерянных людей.

Бреннер и Кестенберг видят в этом связь с переходными объектами, как их описывал Винникотт (Winnicott, 1953).

*«Некоторые смогли даже воскресить в памяти воспоминания о раннем сенсорном опыте, что стало мостом к потерянным объектам»*

Образованные вскоре после войны семьи стали заменой потерянным. Дети, рожденные после войны, часто получали имена убитых родственников. Эти дети должны были взять на себя функцию «живых связующих звеньев» (Volkan, 1981). Через них родители чувствовали свою близость к убитым и пропавшим. Ощущение безвозвратности потери ослабевало и переживания становились менее болезненными. Надежды, представления и фантазии, которые были связаны с потерянными близкими, могли теперь быть спроецированы на детей. Кайльсон описывает историю жизни человека по имени Эзра, который в возрасте двенадцати лет выжил в концлагере, но потерял всю семью.

*«В повседневной жизни он нашел иное, более соответствующее его истории решение: своих детей он целует перед сном дважды – второй раз от имени бабушки и дедушки, которых он таким образом на мгновение снова возвращает к жизни»*

Рождение детей нового поколения воспринималось как триумф над убийцами, чьей целью было истребление всех евреев и цыган.

#### 4.5. Избегание дальнейших потерь

После тяжелых и травматичных утрат люди всячески пытались избежать дальнейших потерь.

Один очень известный пример задокументирован Юдит Кестенберг (1996). Она описала реакцию детей на ситуацию, когда Франциску Оливу, опекуншу детского дома в Отвоке в Польше, нужно было из-за заражения раны на ноге отправить в больницу. Дети не хотели, чтобы забирали их близкого человека. В их жизненном опыте зафиксировалось то, что любимые люди, которых увезли, никогда больше не вернутся. Так, дети отослали обратно карету скорой помощи, которая должна была отвезти Франциску Оливу в больницу. Зато им удалось уговорить хирурга прооперировать ее прямо в детском доме.

*«Когда мы прячемся, то или скрываемся из виду, или - в определенном смысле - пропадает наша идентичность. Для многих выживших детей исчезновение обозначает смерть, а старение - путь к ней. Когда выжившие рассказывают о своем потерянном детстве, они говорят нам, что мир задолжал им новую жизнь. Они снова чувствуют себя преданными, когда сталкиваются с тем, что стареют без всякого возмещения потерянного и без ощущения самореализованности. Они снова потеряны»*

#### 4.6. Жажда справедливости

Яков Лозовик описал процесс публичного обвинения нацистского военного преступника Айхмана. Мемориал жертв Холокоста Яд Вашем в Израиле в 1958 г. (примерно за три года до процесса) начал собирать и документировать свидетельства выживших. Таким образом, огромная важность процесса против Айхмана заключалась не столько в самом вынесении ему обвинительного приговора, сколько в том, что личные рассказы людей о произошедшем с ними были вынесены на публику.

*«День за днем, неделю за неделей выжившие выступали в статусе свидетелей и рассказывали свои истории. Они были отобраны таким образом, чтобы охватить весь континент... Израильское общество слушало их впервые, люди молчали, они были глубоко взволнованы»*

Лозовик сравнивает немецкое понятие «Wiedergutmachung» (искупление, возмещение ущерба, дословно «возвращение в первоначальное состояние») со словом из иврита «shilumim»:

*«Немецкое слово „искупление“ содержит в себе один явно положительный аспект: ущерб был нанесен, и его можно возместить. Еврейское понятие „шилумим“ происходит из Библии и описывает особую форму наказания. Возмещение подразумевает, что страдание или ущерб можно как-либо облегчить, загладить или даже оплатить. Шилумим, напротив, указывает не на ущерб, а на ответственность преследователей. Цель шилумим – в библейском оригинале – скорее спасти душу гонителя, нежели поощрить жертву»*

Открытия и опыт, полученные на психотерапевтических сессиях после 1945 г., я считаю очень важными для понимания психодинамики близких пропавших без вести и поиска возможных путей переработки их опыта – индивидуально или в группе. Размышления и публикации на тему Холокоста (Шоа) представляют собой поэтому важнейшую основу данной работы.

Когда я, австрийка нееврейского происхождения, касаюсь этой темы, то испытываю определенную робость. Но здесь мне хотелось бы сослаться на И. Хайдельбергер-Леонард, которая пишет о том, как понимает историю Рут Клюгер, ребенком пережившая Холокост:

*«Клюгер подчеркивает, что истории повторяются во времени и в пространстве... Кто хочет понять, должен уметь сравнивать. Сравнение – это не уравнивание. Напротив, только сравнение выявляет различия. Клюгер говорит о „мостах“, которые необходимо построить от одной частности к другой. Языковое воплощение этих мостов способно объединить неповторимость для индивидуума личного события с признанием обоснованности исторической сравнимости»*

У людей, которые живут в горячих точках и сталкиваются с исчезновением родственников, практически никогда не бывает возможности обратиться со своими вопросами и со своим отчаянием в какие-либо государственные организации.

Зачастую невозможно предпринять даже самые простые меры для поиска - вследствие продолжающихся военных действий и террора это опасно для жизни.

Войны не ушли в прошлое. Приведем несколько примеров конфликтных ситуаций последних лет и посмотрим, какое воздействие они оказали на пострадавших.



## 5.1. Нью-Йорк после 11 сентября 2001 года

Данная глава основана на моем собственном опыте работы с близкими жертв терактов во Всемирном торговом центре (ВТЦ) в первые дни после катастрофы, а также на размышлениях Паулины Босс и ее команды (Boss et al., 2003).

Кадры этой катастрофы напоминают те, что показывают СМИ после землетрясений: люди пытаются руками дотянуться до своих близких из-под завалов обрушившихся домов, рабочие и добровольцы копают день и ночь – даже спустя несколько дней могут быть найдены выжившие. И почти всегда случается «чудо» – даже через много дней спасают живых людей. Такие известия всегда очень трогают.

Лишь для немногих сбывается надежда найти живым супруга, ребенка, родителей. Но, пожалуй, все, у кого близкие оказались под завалами рухнувших домов, надеются на это чудо – зная о тысячах погибших, они продолжают думать, что именно его ребенка, его брата, его жену... удастся спасти.

Как и в случае землетрясений, родственники жертв последними расставались с надеждой. Но трагедия в ВТЦ – это была не природная катастрофа, а четко спланированная террористическая атака, и на смерть людей там, а также в здании Пентагона и в самолетах был сделан расчет.

Я сама находилась в эти дни в Нью-Йорке на конференции и была свидетелем того, как надежда, сжимаясь, превращается в ужасную достоверность смерти или переходит в состояние хронической неизвестности.

Я предложила свою психотерапевтическую помощь родственникам жертв атаки. В течение трех дней, с 13-го по 15-е сентября, я выступала в роли психологического консультанта для близких работников фирмы, помещения которой находились на одном из верхних этажей обрушившегося небоскреба. Руководство фирмы среагировало очень быстро и для катастрофы такого масштаба удивительно скоординированно: в отеле первого класса был арендован зал, в котором могли встречаться выжившие служащие и родственники пропавших без вести.

Я сознательно использую словосочетание «пропавшие без вести», поскольку в первые дни после катастрофы именно так называли жертв. Подобно тому, как это бывает при землетрясениях, всем было понятно, что огромное число людей погибло, но употребление слов «пропавшие без вести» сохраняло в родственниках надежду дольше, чем в нас самих, поддерживавших их в эти тяжелые первые дни.

Одна молодая женщина, потерявшая своего мужа, 13-го сентября говорила о том, какой он у нее сильный и спортивный, и что ему наверняка хватит сил продержаться и выжить. Когда я встретила ее спустя два дня, она уже потеряла надежду. Теперь она цеплялась за мысль, что он умер быстро и ему не пришлось страдать перед смертью.

Для служащих многих крупных фирм было создано прекрасное «безопасное пространство», которое описывается у Джудит Герман (Herman, 1992). Это был красивый зал, где люди могли побыть либо уединившись, либо среди других. Для многих присутствовавших, которые по большей части происходили из среднего класса, это было парадоксальным – банкетный зал одного из самых знаменитых отелей города, который был знаком только по фотографиям в газетах или из телепередач о приемах для высшего общества, стал теперь местом их собственного отчаяния и скорби. В это помещение не было доступа журналистам, что давало близким пропавших людей возможность побыть в тишине и покое. Те же, кто хотели предать свои истории гласности, имели для этого достаточно возможностей в других местах.

Людям предоставлялась информация – поначалу согласно спискам. Но родственники жертв, особенно родители, ощущали информацию о возможных выплатах семьям как лишнюю нагрузку – на первом плане для них была потеря ребенка. Однако все же знать о выплатах было крайне важно для жен и детей, чтобы они смогли получить некоторую финансовую поддержку – по крайней мере, на ближайшие дни и недели. Осознав это, организаторы быстро создали такие места, где пострадавшие могли обратиться со своими вопросами к юристам, бухгалтерам и др.

Регулярными остались ежедневные обращения руководителей фирм или записи таких обращений и поминальные службы, проводившиеся представителями разных конфессий.

12-го сентября, т. е. на следующий день после катастрофы, организовывали и руководили импровизированным центром поддержки прежде всего сотрудники фирм, по чистой случайности не оказавшиеся накануне в офисе и поэтому выжившие. Большинство из них 13-го сентября сменили добровольцы Красного Креста, так как все очевиднее становилась их собственная травматизация: они начинали понимать, насколько близки были к смерти, и в то же время всем им пришлось теперь оплакивать коллег.

Психологов и психотерапевтов, предложивших свою помощь в качестве добровольцев, можно было узнать по оранжевым значкам. Однако психологическая помощь была организована плохо. В то время как моих французских коллег и меня 13-го сентября приняли с энтузиазмом (прежде всего благодаря нашему знанию языков), то уже 15-го консультантов было больше, чем родственников пропавших.

Непонятно было, какова должна быть и форма консультаций: так, групповая форма была отвергнута всеми, что было неудивительно в данных обстоятельствах. Такая форма имела бы смысл, если бы травма уже миновала, но люди столкнулись со страшной реальностью смерти, ужас для них не закончился.

Полин Босс (Boss, 2003) приняла приглашение профсоюзов несколько недель поработать с родственниками работников компании по управлению и уборке здания ВТЦ. Босс уже несколько лет работала в области непроясненных (неопределенных) потерь и критиковала попытки применять после терактов в Нью-Йорке готовые терапевтические модели:

*«Когда такая неопределенность продолжается – может быть, всю жизнь, – нужно рассматривать это иначе, чем ПТСР, при котором травмирующее событие прошло, но остаются невольные воспоминания. Непроясненная потеря – это хроническая травма»*

Интересно, что в первые дни после катастрофы предложением поговорить с психологом воспользовались в основном дальние родственники (дяди, двоюродные братья и сестры) и знакомые. Также к нему прибегли выжившие, которым удалось вовремя выбраться из здания, или те, которые в день катастрофы отсутствовали на работе.

Единственными, кто пришел на мою первую психологическую консультацию в первый день, была пара, потерявшая сына. Мать когда-то уже проходила психотерапию и знала, чего ожидать от такого разговора. Трагедия этой семьи заключалась в том, что находившийся в тяжелой депрессии молодой человек время от времени высказывал мысли о суициде, и родители на протяжении многих лет жили в постоянном страхе за него. Тот факт, что сейчас, в возрасте двадцати шести лет, он стал жертвой теракта, приводит обоих родителей в смятение. Как бы то ни было, они были единственными из моих собеседников, кто уже 13-го сентября – спустя два дня после катастрофы – приняли смерть своего ребенка как реальность.

Уже вечером 11-го сентября пришли первые родственники с одинаково оформленными небольшими плакатами: в центре располагалась фотография пропавшего без вести человека. Под ней или над ней – его имя, название компании, этаж, на котором она находилась, и номер телефона или адрес родственников. В отеле, где мы работали, был офис, в котором родные могли бесплатно сделать такие листовки или плакаты. Целая стена в зале была заполнена такими плакатами, по сути, став мемориалом. Когда 15-го сентября нужно было покинуть этот зал и перейти в другой, все листовки были аккуратно перемещены в новое место.

Люди приходили к стене с плакатами, как к месту памяти: они находили здесь возможность для скорби и оплакивания близкого человека.

Так как – вопреки всем ожиданиям – рейс моего самолета в воскресенье 16-го сентября был отправлен по расписанию, я улетила обратно в Австрию. Чувство было противоречивое – у меня было ощущение, что я оставила людей в Нью-Йорке в беде, хотя прекрасно понимала, что там достаточно психологов и психотерапевтов. По сообщениям, которые я получала из Нью-Йорка в течение следующих недель, все громче становились упреки в адрес консультантов – будто те реагировали неправильно или даже вовсе не помогали.

Я думаю, что в ряде случаев эта критика была оправданна, – в конечном счете, многие из психологов еще не сталкивались с травмированными людьми, а те, кто нашли подходы, пригодные в такой ситуации, могли применять их слишком жестко, чем оказывали на людей излишнее давление.

Но в целом, думаю, эта критика служила чем-то вроде выхода для человеческого отчаяния: так – в ситуации беспомощности – была найдена некая отдушина. Однако в первые дни было бы иллюзией ожидать от психологов чего-то большего, чем самая элементарная поддержка. И я убеждена, что то, что предлагалось, в общем, помогло родственникам лучше перенести первые тяжелые дни и принять потерю, хотя ничто, разумеется, не может полностью избавить человека от скорби и боли. Тяжелые обстоятельства неожиданной и насильственной смерти и одновременно с этим неизвестность того, что будет происходить дальше, служили дополнительными отягощающими факторами.

Скорбь отягощалась отсутствием тел. В большинстве случаев не было ничего, что можно было бы захоронить. В сентябре 2002 г., спустя год после катастрофы, официальные данные о жертвах были следующими: при теракте погибли 2819 человек, 289 тел было найдено и идентифицировано, из-под обломков было извлечено 19 858 фрагментов тел, но 1717 семей так и не получили никаких

известий о своих потерянных близких (Boss et. al, 2003).

Коллективный ритуал с плакатами-листовками несомненно нес в себе важный смысл.

## 5.2. Разрушение семей как следствие политического произвола в Камбодже

Эрвин Штауб (Staub, 1989) определяет время с 1975 по 1979 г., когда в Камбодже правили красные кхмеры, как самоуничтожение народа. Около 2 млн человек были убиты либо умерли от голода. Даже если в литературе о Камбодже того времени понятие «насильственное исчезновение» и не упоминается, то биографические рассказы все же свидетельствуют, что родные и друзья то и дело исчезали, не простившись.

Одержав победу в гражданской войне, красные кхмеры хотели превратить Камбоджу в образцовое коммунистическое аграрное государство. Городское население должно было в кратчайшее время покинуть Пномпень и другие крупные города и переехать в сельскую местность. Таким образом, три миллиона человек одновременно оказались на дорогах, что естественно привело к значительной нехватке продовольствия, медикаментов и всего прочего.

Людей, принадлежащих к одной с правящей группировкой этнической группе (кхмеры), часто убивали без всяких на то причин.

*«Они принялись эвакуировать города, убивая на месте тех, кто не исполнял приказов, и выкидывая людей из домов и даже с больничных коек. Многие умерли на выезде из города...»*

*«Убийства были абсолютно бессистемными. В зависимости от времени или места их могло быть больше или меньше... Убивали за малейшее нарушение многочисленных и жестких правил, иногда без предупреждения»*

Если близкие пропадали, то у людей не было практически никакой возможности узнать о них, не говоря уж о том, чтобы отправиться на поиски. Чаще всего приходилось предполагать убийство, но могло быть и такое, что человека просто перемещали в другой лагерь.

Лонг Унг описывает это время, которое она пережила, будучи ребенком. Однажды солдаты забирают ее отца. Первые дни семья проводит в ожидании.

*«Все вместе молча сидим на ступеньках и ждем его. Не произнося ни слова, вглядываемся вдаль. Все мы знаем, что отец не вернется, но никто не осмеливается сказать это вслух, потому что это разрушит нашу иллюзорную надежду»*

(Ung, 2000, с. 158).

Семья живет между надеждой и отчаянием. Поскольку зверства не заканчиваются, даже маленькие дети понимают, что означает, когда кого-то забирают солдаты. Унг выразительно описывает, как знание о терроре и отсутствие известий о судьбе отца переплетались в мучительных мыслях, снах и фантазиях:

*«Картины смерти и казни кружатся в моей голове. Я слышала множество историй о том, как солдаты убивают схваченных людей и кидают трупы в большие ямы. Как они пытаются своих пленников, обезглавливают их или раскалывают им черепа топорами, чтобы не тратить на них драгоценные патроны. Я не могу перестать думать об отце: погиб ли он с чувством собственного достоинства. не подвергали ли его мучениям?»*

(там же, с. 161).

Хотя семья почти уверена, что отца убили, она снова и снова цепляется за надежду, что он жив. Лонг Унг приводит в воспоминаниях свою детскую молитву:

*«Дорогие боги, папа – настоящий буддист. Пожалуйста, помогите ему вернуться домой. Он добрый и никому не хочет плохого. Если вы поможете ему вернуться, я сделаю все, что вы скажете. Я посвящу вам всю мою жизнь. Я всегда буду верить в вас. А если вы не сможете вернуть папу домой, то сделайте так, чтобы его не ранили. А если и это не получится, то позаботьтесь о том, чтобы он умер без мучений»*

(там же, с. 162).

Мать и младшая сестра семейства Унг тоже исчезнут спустя некоторое время. Больше о них никто никогда ничего не узнает.

Эта семейная история, к сожалению, вполне типична для режима Пол Пота. Дж. Кинзи и др. (1998) описали трагические перемены, которые изменили Камбоджу на многие годы вперед и сказываются по сей день. Религиозные концепции были поставлены под вопрос из-за ужасающих потерь и непрекращающейся скорби, вызванной массовой гибелью людей. Личная идентичность, основанная на понятии семьи, была практически разрушена. Поскольку было убито очень много мужчин, женщины были вынуждены стать для своих детей единственным родителем, не имея для

этого достаточного культурного базиса. Выжившие члены семьи в страхе цеплялись друг за друга.

*«Оставшиеся члены семьи нуждаются в особенной близости друг с другом, чтобы выжить эмоционально и физически. Все, что нарушает эту близость, может восприниматься как угроза и вновь пробуждать страшные воспоминания о прежних потерях. Угроза может ощущаться и при позитивных изменениях, таких как свадьба или переезд в другой город на лучшую работу»*

Почти во всех семьях камбоджийских беженцев были потери среди родных.

*«Дети прибывали в небольших семейных группах, часто без взрослых мужского пола(они были убиты), и почти всегда у них имелись пропавшие без вести родственники, местонахождение которых было никому неизвестно»*

Сорок подростков, прибывших в качестве беженцев в США, были обследованы группой Кинзи в 1984, 1987 и 1990 гг. При первом обследовании 50 % страдали посттравматическим расстройством и 50 % соответствовали диагностическим критериям депрессии. Три года спустя эти показатели улучшились лишь незначительно – до 48 % и 47 %, соответственно. У молодых людей, живших в приемных семьях, были более низкие показатели посттравматического расстройства, чем у тех, кто жил в приютах. 72 % молодых людей были очень обеспокоены судьбой родины и оставшихся там родственников.

В 1997 г. правительство Камбоджи обратилось с просьбой в ООН провести судебный процесс над геноцидом, а в 2001 г. Национальная Ассамблея Камбоджи приняла закон о собственном специальном судебном органе.

*«Этот орган называется Чрезвычайная Палата в судах Камбоджи (ЧПСК). Ее цель – преследование за преступления, совершенные в период правления красных кхмеров. Судебные заседания должны проводиться в Камбодже, камбоджийскими судьями (совместно с иностранными специалистами), а народ должен иметь возможность следить за процессами»*

Сотрудничество с ООН должно было гарантировать, что суды будут проходить по международным стандартам. Свидетелям, которые выступают перед судом, обеспечивалась психологическая поддержка.

Трибунал не мог присуждать пострадавшим индивидуальную компенсацию – разве что символическую, но он мог оказывать помощь общинам.

*«Тем не менее судьи могут присуждать коллективные и моральные возмещения ущерба, такие как распоряжение опубликовать решение суда в соответствующих СМИ за счет осужденного или распоряжения о финансировании некоммерческой деятельности в пользу пострадавших или услугах, предназначенных для возмещения ущерба»*

Джо Фриман описывает исследование 775 человек, переживших режим красных кхмеров, каждый из которых потерял как минимум одного члена семьи. Исследование состоялось в 2008–2009 гг. и показало, что даже 30 лет спустя после событий 14 % участников исследования страдали от длительной скорби. Особенно тяжелым для исследуемых было то, что убитые в подавляющем большинстве случаев не имели могил.

*«Поскольку красные кхмеры редко хоронили своих жертв, некоторые респонденты утверждают, что слышат голоса мертвецов, что, по поверью, затрудняет переход из прошлого в настоящее»*

### 5.3. Бессильные женщины (Шри-Ланка)

На Шри-Ланке насильственные исчезновения применялись во время войны в качестве средства борьбы и оказания давления различными сторонами конфликта. Только с 1988 по 1990 г. исчезло около 60 000 человек (Black, 1999). По большей части это были молодые мужчины в возрасте 15–35 лет. В то время началось жесткое противостояние между националистами – сингалезским «Фронтом народного освобождения» (JVP – Janatha Vimukthi Peramuna) и тогдашним правительством во главе с премьер-министром Премадаса (UNP).

Ответом на грубую попытку JVP свергнуть правительство посредством дестабилизации в стране стала еще большая жестокость правительственных сил. На обочинах дорог и на берегах рек находили множество изуродованных до неузнаваемости трупов.

В романе М. Ондаатже «Призрак Анил», где речь идет об этих страшных годах на Шри-Ланке, автор пишет:

*«За последние годы мы часто видели здесь посаженные на кол головы... Их можно было увидеть рано утром после ночного нападения, прежде чем семьи жертв узнавали об этом и, сняв головы, прижимая к их себе, уносили домой. Чужой страшный грех – он ранил людей в самое сердце. Лишь одно было еще ужаснее: если кто-то из членов семьи пропал, не оставив ни единого свидетельства о том, жив он или мертв»*

Необходимо исходить из того, что из тех, кто пропал до 1999 г., никого уже нет в живых. Тысячи не поддающихся опознанию тел были в то время захоронены в безымянных могилах. Закон о чрезвычайном положении того времени разрешал правительственным силам хоронить тела без вскрытия. Например, в ноябре 2012 г. в горном районе Матале было найдено массовое захоронение 154 трупов. Могилы были датированы 1986–1990 гг. (Naviland, 2013). Все были убиты. Организация по защите прав человека в Азии «Asian Human Right Group» в 2013 г. заявила:

*«Все же ключевым является вопрос, чьи это останки. Идентификация тех, чьи останки находятся в братской могиле, имеет важное значение не только для будущих судебных инициатив, но и для семей, которые потеряли своих близких в этот период. Для многих из них случившееся с их пропавшими без вести близкими является жизненно важной психологической и эмоциональной проблемой».*

Десятки тысяч и по сей день не знают, что случилось с их сыном, мужем, отцом.

Гражданская война на Шри-Ланке длилась с 1983 по 2009 г. И в течение всего этого времени постоянно пропадали люди. Это затронуло все социальные группы; за это ответственны все стороны конфликта. Надежда увидеть кого-либо из пропавших без вести живым по объективным причинам бессмысленна, но с психологической точки зрения абсолютно понятна.

Сельви Тиручандран (Selvy Thiruchandran, 1999) исследовала ситуацию с оставшимися после войны вдовами на востоке Шри-Ланки. Автор исследования указывает на то, что в консервативном патриархальном обществе женщины бессильны вдвойне: их идентичность определяется социальным и экономическим положением мужа. Но кто-то из мужчин был убит в ходе военных действий, кто-то вследствие тяжелого материального положения покончил жизнь самоубийством, кто-то пропал без вести.

*«На самом деле социальный и личный статус женщине придает как благополучие мужа, так и ее экономическое состояние, определяемое положением в обществе. Вдовы лишаются и того, и другого»*

Во многих случаях происходит стигматизация женщин. Тамильские женщины ответственны за карму, за судьбу своего мужа. Из-за этого они и их дети становятся жертвами предрассудка, который настолько иррационален, что против него невозможно выдвинуть никаких разумных аргументов. Матери, чьи мужья погибли или пропали, чувствуют себя виноватыми не только в том, что не могут поддерживать экономический статус семьи, но и в том, что не в состоянии защитить своих детей от подобных предрассудков.

*«Матери чувствовали свою неадекватность идеалу материнства. Они испытывали чувство вины, потому что не соответствовали требованиям и ожиданиям, предписываемым социальными нормами»*

Часто в таких ситуациях дети демонстрировали гнев и агрессию по отношению к своим матерям и вменяли им в вину исчезновение отца и ухудшение условий жизни.

*«Дети часто реагировали на матерей с большой обидой и даже враждебно, а матери страдали от эмоциональных срывов – они плакали, рыдали, пересказывая эпизоды протеста детей. Непослушание детей было, конечно, ужасным, но их словесные атаки причиняли матерям еще*

большую боль...

*„Если бы папа был жив, он бы кормил нас. Ты моришь нас голодом. У тебя нет работы, нет денег. Мы не ходим в школу – у нас даже обуви нет. Что ты за мать! Когда мы возвращаемся домой, нам нечего есть. Зачем ты родила нас?! Дай нам риса или задуши, убей“ ... Некоторые дети даже били матерей»*

Нищета, в которую скатываются многие семьи после смерти или исчезновения отца, воспринимается как самая значительная проблема. Здесь есть, однако, некоторая разница: семьи, где смерть отца очевидна, могут, по крайней мере, получать от государства небольшую пенсию для вдов и сирот. Для семей же, в которых отец пропал без вести, такая возможность исключена. Их социальный статус также остается неясным.

Я хотела бы проиллюстрировать эти трудности на примере истории одной молодой женщины, с которой я встретилась во время моего пребывания на Шри-Ланке в марте 1996 г.

М., двадцатипятилетняя мусульманка, собирается вступить в новый брак. Ее первого мужа восемь лет назад – всего несколько месяцев спустя после их свадьбы – забрали ночью во время полицейского рейда. С ним вместе пропали и другие молодые мужчины. С тех пор М. была ни женой, ни вдовой. О своем муже на протяжении этих восьми лет она ничего не слышала. Сейчас ей хотелось бы начать новую жизнь и выйти замуж за молодого врача, с которым она познакомилась на работе. Но ее продолжает мучить вопрос, а что если ее первый муж жив? (Здесь мы наблюдаем некую параллель с послевоенной Европой: не было никаких свидетельств о том, что десятки тысяч мужчин, попавших в плен, оставались живы). Как мусульманка, М. обращала на себя внимание тем, что, будучи вдовой, носила черную чадру, что на Шри-Ланке встречается редко. После нового замужества она собирается и дальше носить чадру. И этот внешний атрибут траура являет собой поразительный компромисс между преданностью своему первому мужу и любовью ко второму. Первый муж М. был арестован из-за его происхождения и веры. Положение М. подобно положению тех вдов, мужья которых пропали без вести в бою.

П. де Зойза из университета Коломбо провел опрос 2000 жен пропавших без вести солдат и более глубокое исследование, в котором приняли участие 22 женщины. Вот что он написал по этому поводу:

*«Молодые вдовы солдат, пропавших без вести в бою, испытывают чувство вины оттого, что ощущают себя привлекательными для других мужчин, и попадают в затруднительное положение, так как, вступив в новые отношения, они таким образом признают, что их муж мертв.*

*В консервативном обществе Шри Ланки это обычно имеет для женщины самые неблагоприятные последствия, так как родственники со стороны мужа и сообщество, частью которого она является, не одобряют подобного поведения. Все 22 солдатские жены... дали понять, что одна из их главных проблем – в том, что они обязаны „навсегда“ сохранить надежду на то, что их муж когда-нибудь вернется.*

*Также эти женщины испытывали страх перед будущим, особенно это касалось неясных перспектив нового замужества, возможной неспособности отбить сексуальные атаки со стороны других мужчин и ухудшения положения вследствие отсутствия мужа. Женщины также были озабочены будущим своих детей и тем, что они не могут строить долгосрочные планы»*

Важный шаг по преодолению этой общенациональной травмы был сделан в 1995 г. благодаря работе трех комиссий по расследованию случаев пропавших без вести. В течение первого года комиссией было проработано 8543 таких случая (Fernando, 1998, с. 6).

Если комиссия признавала гибель пропавшего и подтверждала это официально, то родственникам выдавалось свидетельство о смерти, с которым те могли претендовать на финансовую компенсацию. Это существенно улучшило социальное и финансовое положение тысяч вдов и детей, оставшихся без отцов.

Комиссии захлестнуло громадное количество запросов. У многих родителей, жен и детей по прошествии пяти-семи лет после исчезновения близких потребность в получении информации была огромной. Комиссии были назначены новым правительством, которое не несло ответственности за исчезновения и поэтому вызывало достаточно доверия, чтобы люди поручили ему прояснение судьбы своих близких.

Другим шагом на пути помощи травмированному населению стало бы наказание ответственных за насильственные исчезновения. Маловероятно, однако, что это требование может быть осуществлено. Л. Блэк трезво анализирует:

*«Комиссии дали свои рекомендации, но никакие законы не были приняты для их воплощения в*

*жизнь»*

Он приходит к выводу, что ответственные люди из правительства и чиновники настолько глубоко погрязли в процессах поиска решений о нарушениях прав человека, что закончить дело возможно только при помощи извне.

*«Даже если чиновников и меняли, структурный слом системы в целом мешал поиску истины...  
Результатом использования правительством всей машины по принуждению к соблюдению законов во время расследования массовых исчезновений стала система, которая не может работать без посторонней помощи»*

В то время как на юге страны большинство исчезновений имели место с 1988 по 1990 г., на севере и востоке люди находились под угрозой исчезновения постоянно, поскольку основной конфликт между сингалезским большинством и тамильским меньшинством разгорался там.



#### 5.4. Поиск пропавших по ту сторону разумного

В поисках пропавших родственники обращаются к религии, мистике и другим сверхъестественным феноменам. Дая Сомасундарам и К. С. Джамунананта из университета Джафны на севере Шри-Ланки описывают поиск одной семьей пропавшего сына и брата. После того как все расследования с помощью национальных и международных организаций оказались тщетными, они обратились к прорицателям. Надежда, которую те внушали, гнала семью от одного прорицателя к другому. Колебания же между надеждой и отчаянием вылились в ухудшение здоровья некоторых членов семьи.

*«30-летний господин... пропал в середине августа 1996 г., когда утром ехал на велосипеде на работу. Родители и три его сестры отправились на поиски и узнали, что он арестован военными. Они подали жалобу в армейскую бригаду 512, в органы государственной власти, в МККК и в Комиссию по правам человека. Все было напрасно.*

*Они решили послушать гороскоп от Састиракарана. Тот сказал, что для объекта поиска сейчас „неудачный период“. Три месяца спустя семья отправилась в Мирасавил послушать Ваку, еще одну прорицательницу. После совершения определенного ритуала та сказала, что пропавший живет на юге. Через полгода они поехали в Коккавил, где оракул, сообщив, что пропавший жив, велел молиться богу Каннану. (Семья продолжает ему молиться по сей день.) Позже другой оракул, в Алаведди, тоже сказал, что человек жив.*

*Тем временем мать заболела, потеряла аппетит, ей стало трудно говорить, и год спустя она умерла. У отца тоже началась депрессия, он перестал ухаживать за собой. Сестра же теперь не может сосредоточиться на работе. Но в слезах они повторяли, что продолжают молиться, чтобы дорогой им человек когда-нибудь смог вернуться»*

Поиск пропавшего сына и брата всеми земными средствами не увенчался успехом, но и оракулы с их предсказаниями ничего не сообщили о местопребывании исчезнувшего. Чем больше отчаявшиеся люди втягиваются в обман, тем дальше их поиск оказывается от методов и средств, которые поддаются проверке.

Научные методы - эксгумация, судебные процедуры и пр., которые могли бы дать людям шанс на идентификацию близких, применялись в Шри-Ланке редко. По-видимому, отсутствует политический интерес к проработке истории и к прояснению ситуации для родственников.

Зато в регионах, в которых в 80-х годах прошлого века исчезло так много людей и где находили так много обезображенных до неузнаваемости трупов, стали процветать «рассказы о привидениях». Шашанка Перера цитирует в качестве иллюстрации к этому одну из историй, напечатанную в газете «Irida Lankadipa» 8 ноября 1992 г.:

*«Однажды, когда несколько человек рыбачили в этой местности, они услышали на вершине скалы странные звуки. Потом вдруг появился мужчина крепкого телосложения в черной одежде и шляпе. С громким шумом он прыгнул в море. Через некоторое время рыбаки увидели, как этот мужчина снова лез на скалу. Потом появился другой мужчина и они оба спрыгнули в море. Рыбаки вернулись домой и съели пойманную ими рыбу, приготовленную с карри. Ночью у всех троих случилось расстройство желудка, их экскременты были черными. - Другие рыбаки видели группу неизвестных людей, которые в темноте шли на парусах к берегу и исчезали в последний момент»*

Несколько лет назад на этом месте были расстреляны спрятавшиеся там четверо молодых людей, трупы их были брошены в море. Перера видит в такого рода историях способ вспомнить о пропавших без вести и одновременно с этим - выразить вину выживших.

*«Более того, я бы сказала, что это выражение их личной вины. Оставшись сами в живых, они не смогли предотвратить гибель многих членов их общины... Насколько нам известно, в контексте террора на юге картина тел, плавающих в речных и морских водах, стала одной из самых стойких в головах людей. Поэтому рыбаки, по их представлениям, съели порченную рыбу - рыбу, которая кормилась человеческими останками, возможно, даже останками членов их собственной общины»*

## 5.5. Дети пропавших без вести солдат (Сараево)

После войн на Балканах 1990-х годов около 40 000 человек считались исчезнувшими или пропавшими без вести (Schmidt-Häuer, 2002).

Психолог Сибела Звиздич задокументировала воздействие на детей потери отца, убитого или пропавшего без вести. Участвовавшие в исследовании 816 детей 10–15 лет из 14 школ Сараева были разделены на четыре группы. Во время войны им было от 6 до 12 лет. Матери их были живы.

Первая группа включала 201 ребенка, чьи отцы пропали без вести во время войны. Никаких сведений об их местонахождении семьи не имели. Большинство из них пережили войну в лагерях для беженцев в Боснии. Вторая группа состояла из 204 детей, временно разлученных во время войны со своими отцами. Вместе с матерями дети бежали из страны, в то время как отцы оставались в Боснии. Отцы 208 детей, составлявших третью группу и находившихся вместе с матерями в течение всей войны в Боснии, были убиты во время войны. Семьи довольно быстро были оповещены о смерти отцов. Последняя группа из 203 детей была выбрана в качестве контрольной – потери не коснулись этих детей, во время войны они с обоими родителями продолжали жить в Боснии.

Звиздич обследовала детей при помощи разработанных ей самой «Опросника по связанным с войной травматическим событиям» (34 закрытых и один открытый вопрос), «Опросника по послевоенным травматическим переживаниям» (10 закрытых вопросов), а также шкалы депрессии для детей (Birlson depression scale for children). Исследователь пришла к выводу, что дети, чьи отцы были убиты, были травмированы меньше, чем дети, чьи отцы пропали без вести:

*«Средняя величина послевоенного стрессового/травматического переживания у тех участников, отцы которых пропали без вести, намного выше, чем та же величина у тех, чьи отцы были убиты во время войны»*

Аналогично, и депрессивные реакции у детей, чьи отцы пропали без вести, были сильнее, чем у детей, чьи отцы были убиты. И в обеих этих группах показатели по шкале депрессии были значительно выше, чем у детей из других групп (временная разлука, контрольная группа).

Итоги исследования показывают удивительно четкий результат:

*«Мы выявили, что группа младших подростков, отцы которых исчезли (и все еще считаются пропавшими), оказалась наиболее подверженной травмам, связанным с войной»*

Звиздич и Бутолло допускают и то, что эти дети вообще испытали большой стресс во время войны (угрозы собственной жизни, наблюдение насилия и пыток, потеря дома и других социальных структур). Однако авторы исследования пишут:

*«Понятно, что младшие подростки, отцы которых считаются пропавшими без вести, были вынуждены пережить специфические послевоенные стрессовые травмы – в дополнение к травматическим исчезновениям их отцов»*

Эти выводы подтверждаются и другими исследованиями, посвященными детям пропавших без вести (напр., Беккер, 1992). Исследование, о котором мы говорим, выделяется из ряда похожих тем, что показывает, что дети пропавших без вести отцов более подвержены посттравматическому стрессовому расстройству и депрессии, чем дети, чьи отцы были убиты.

*«Наряду с множественной травматизацией младших подростков во время войны в Боснии и Герцеговине, травматическая потеря, особенно исчезновение отца, оказывает дополнительный эффект на посттравматическую адаптацию, если говорить об уровне депрессивных реакций».*

## 5.6. Произвол на гражданской войне (Чечня)

С 1994 по 2009 г. люди в Чечне – с небольшим перерывом – находились в зоне военных действий. Права человека нарушались регулярно, ситуация характеризовалась притеснениями, убийствами и насильственными исчезновениями.

Флориан Хассель пишет в предисловии к своей книге об отношениях между Россией и Чечней:

*«История и предыстория второй чеченской войны напигована ложью: ложью самих боевиков, но прежде всего – ложью российских властей, военных и спецслужб... Хотя, как и на западе, существуют инструменты демократического контроля – юстиция, СМИ, но в большинстве своем они зависят от государства и не выполняют своей роли»*

Такая атмосфера дезинформации и неправды создала благодатную почву для массовых нарушений прав человека, практически не поддающихся контролю. В повседневной реальности войны и террора особенно регулярными стали насильственные исчезновения.

В годовом докладе (2002) Amnesty International говорилось:

*«К нарушениям русских военных, зафиксированным в 2001 г. относились необоснованные аресты, содержание в секретных тюрьмах и ямах, вырытых в земле, пытки и издевательства, насильственные исчезновения и казни без суда и следствия. Чеченские войска нападали на гражданских сотрудников местной власти, практиковали издевательства и противоправные убийства попавших в плен русских солдат».*

Насильственные исчезновения в большинстве случаев являлись следствием произвола. При зачистках могли забрать любого жителя села. Они лишались контактов со внешним миром, часто подвергались пыткам. Мотивы арестов далеко не всегда были связаны с войной или политикой.

*«Распространенная практика отпускать задержанных только за выкуп позволяет сделать вывод о том, что подлинной мотивацией задержаний были деньги. После арестов сотни людей исчезали. Изуродованные трупы некоторых жертв, наряду с трупами других – неидентифицированных – лиц, обнаруживались позже на десятках мусорных свалок и в массовых захоронениях, разбросанных по всей Чечне»*

О количестве людей, исчезнувших в Чечне, можно только догадываться. Хассель (2003) считает, что во время второй чеченской войны пропали 2800 человек. Это соответствует цифре 46 исчезнувших на 10 000 граждан Чечни. Даже при сталинском терроре, когда насильственные исчезновения использовались как средство давления на чеченцев (а также на другие национальные меньшинства и политических противников), эта цифра не была столь велика. Тогда на 10 000 человек приходилось 44 пропавших без вести.

Маура Рейнольдс задается вопросом, как оказались возможны столь массовые нарушения прав человека. С целью найти ответ на этот вопрос в восьми регионах России она провела интервью с солдатами, участвовавшими в боевых действиях в Чечне. Результат ее исследований заставляет содрогнуться:

*«Их рассказы в основном совпадают с картиной, обрисованной в докладах о правах человека: мужчины открыто признают, что правонарушения являющиеся, согласно международному праву, военными преступлениями, не только случаются, но и имеют место регулярно. Фактически большинство мужчин сознались в совершении подобных преступлений: от мародерства до пыток и казней»*

Стоящая за этим идеология определяется словом «беспредел». Он означает, что можно действовать вне всяких правил и это не повлечет за собой наказания. Так, солдаты рассказывали, что никого не брали в плен. Они знали, что пленные подлежат передаче военной прокуратуре, но почти никогда этого не делали. Подозреваемых вместе со всей семьей обычно убивали на месте, а тела сбрасывали в реки и колодцы. Придется ли родным когда-либо узнать о смерти этих казненных без суда и следствия, неизвестно. Это зверское отношение усиливалось ненавистью, которую большинство солдат испытывало к войне и к «чеченам».

Рейнольдс цитирует одного 23-летнего армейского офицера:

*«Ненависть обращается на всех чеченцев, а не только на тех, что убили твоего друга. Так начинается беспредел».*

Работая с чеченскими беженцами в Австрии, мы слушаем их истории. Так, многие пациенты рассказывали, что либо они сами были жертвой похищения и с их родственников требовали выкуп, либо их близкие пропали без вести и они должны были платить за них выкуп.

Иногда пропавших удавалось выкупить. Однако, если денег не было, человек пропадал навсегда.

Г-н И., один из моих чеченских пациентов, рассказал, как его дядя заплатил за него выкуп дважды. Но ему все равно пришлось бежать, так как на третий выкуп денег у дяди могло не хватить, и И. вполне мог стать одним из таких исчезнувших навсегда.

Такая форма ведения войны, как насильственные исчезновения политических противников, характерна для гражданских войн. Порой большой, хорошо вооруженной армии противостоит маленькая, но стойкая группа сопротивления. Подобно тому, как при вышеописанной директиве «Ночь и туман» бесследное насильственное исчезновение использовалось, например, против сил французского сопротивления, такие методы терроризируют и держат в страхе все население.

Названные горячие точки являют собой примеры войн, ведущихся по всему миру. Разумеется, зоны конфликтов в данной работе могут быть лишь слегка очерчены, но не представлены во всей своей полноте. Однако в этой главе мы постарались проиллюстрировать ту степень, в которой – в обстановке террора, вооруженных конфликтов и гражданских войн – от насильственных исчезновений страдает все население.

## 6. Насильственные исчезновения как систематическое нарушение прав человека

Там, где люди исчезают вследствие государственного террора, их близким в большинстве случаев не оказывается никакой социальной помощи, не говоря уже о психологической поддержке. Наоборот, их запугивают, поиск родственников пресекается, и каждая следующая попытка что-либо узнать становится смертельно опасной.

«Независимая комиссия по международным гуманитарным вопросам» четко отграничивает такое как нарушение прав человека, как насильственное исчезновение, от добровольного «исчезновения» жертв преступлений:

*«Чтобы достичь ясности, следует сначала понять, не относятся ли „исчезнувшие“ к тем людям, которые решили поменять одну жизнь на другую и, возможно, сменить идентичность, а также не являются ли они жертвами преступных деяний, желающими не быть найденными никогда»*

Amnesty International дает четкое определение термина «насильственное исчезновение»:

*«Речь идет о „насильственном исчезновении“, если человек задержан государственными органами, которые, однако, данный арест отрицают и скрывают информацию о судьбе и местопребывании задержанного. Пропавшим и их близким „насильственное исчезновение“ причиняет большие страдания»*

Термин этот, как правило, заключается в кавычки с целью подчеркнуть, что человек не исчез в обычном смысле слова, но удерживается где-то в качестве узника либо же убит в предназначенном для уничтожения людей месте.

Все население подвергается террору со стороны властей, поэтому насильственное исчезновение может угрожать любому человеку. Лео Лёвенталь, говоря о народе Германии во времена национал-социализма, описывает этот феномен:

*«В условиях террора каждый отдельный человек никогда не бывает одинок и тем не менее он одинок всегда. Он „застывает“ и впадает в состояние оцепенения не только в отношениях с другими, но и в отношениях с самим собой. Страх парализует спонтанные эмоциональные и когнитивные реакции. Сам мыслительный акт теряет смысл – он опасен для жизни. Становится глупым не быть глупым, и, как следствие, всеобщее оглушение охватывает население. Люди впадают в состояние ступора, своего рода моральную кому»*

Диана Кордон и др. анализируют ситуацию, в которой жили люди при диктатуре в Аргентине, когда власть особенно сильно терроризировала население насильственными исчезновениями противников режима:

*«Никто не мог избежать этого, ситуация касалась нас всех. Ни один социальный класс или частное лицо не могли оставаться в безопасности в стране, где 30 000 человек были вырваны из повседневной жизни и ход их судьбы прерывался незаконными похищениями... За каждым пропавшим человеком стоял целый ряд „исчезновений“: исчезновение свободы мысли, действий, слова, творчества, желаний. В этом было отказано всем, кто жил в это время. Социальный организм был глубоко ранен в прямом и переносном смысле»*

У тех, кто исчез, нет возможности апеллировать к правовой системе и человеческим ценностям. Для общества они больше не существуют, их больше нет – ни живых, ни мертвых. Те, кто виновны в исчезновении, отрицают свою вину и почти во всех случаях обладают достаточной властью, чтобы не опасаться контроля и проверок. Другой обычный сценарий состоит в том, что политическая ситуация настолько запутана, что никакая реконструкция событий по прошествии времени не представляется возможной. Насильственное исчезновение – это акт, не подчиняющийся никаким законам и потому отвечающий целям укрепления власти:

*«Для тех, кто осуществляет исчезновения, или тех, кто выступает при этом молчаливыми сообщниками, эти методы чрезвычайно „эффективны“ и „удобны“: нет ни свидетельств, ни доказательств, а это гарантирует защиту от международного осуждения и от внутреннего протеста»*

*«Насильственное исчезновение – часто тщательно спланированное, хорошо подготовленное нападение, в котором участвует целая группа полицейских или солдат. Власти, которые применяют эту форму так называемых „мер безопасности“, нарушают свои собственные нормы и законы. Хотя это такое преступление, когда крайне сложно либо вообще невозможно установить виновных. Нет состава преступления, чтобы подать в суд, нет свидетелей, которые могли бы поддержать обвинение»*

Люди «просто пропали». Нет суда и поэтому нет обвинителей. Родственники остаются в полном

неведении о происходящем, но во всех странах, в которых происходят насильственные исчезновения, они ожидают самого худшего.

*«Насильственное исчезновение нарушает ряд основных прав человека, в том числе: право на свободу и личную неприкосновенность, право на признание правосубъективности, право на юридическую защиту, а также право не подвергаться пыткам. Кроме того, насильственное исчезновение представляет собой серьезную угрозу для права на жизнь»*

В своих надеждах и страхах родственники разрываются между желанием того, чтобы отец, брат или сын умер легкой смертью, и того, чтобы он был жив, хотя это почти наверняка означает тюрьму и пытки.

Латиноамериканская федерация ассоциаций родственников пропавших без вести FEDEFAM исходит из того, что с 60-х годов прошлого века в Латинской Америке пропало порядка 90 000 человек. Только в Аргентине во время диктатуры исчезло около 30 000, из которых всего 1500 человек возвратились домой, т. е. 19 из 20 (или 95 % - около 28 500 человек) исчезли навсегда (Кордон и др., 1998; Тэйлор, 1997). Большинство выживших на протяжении многих лет находились в заключении в тайных тюрьмах и лагерях.

Даже в XXI в. (2010) Amnesty International публикует данные о насильственных исчезновениях в 84 странах по всему миру: за последние десятилетия задокументировано более 2 млн случаев.

Насильственные исчезновения терроризируют целые народы - неизвестность и невозможность выступить против нарушения прав человека сказываются на всем обществе. Угроза адресована каждому: «Берегитесь! Кто не подчинится, может стать следующей жертвой - никакой закон не защитит вас от исчезновения. И если вас схватили, то вы лишаетесь всякой защиты и вас никогда не найдут, какие бы расследования ни предпринимались». Где бы это ни случилось, жертва, находясь в лапах своих тюремщиков, абсолютно бессильна и беспомощна.

Родственники, ищущие своих пропавших без вести близких, часто получают информацию, что их близких не видели, не арестовывали и что те вообще не вступали в какой-либо контакт с военными. Расплывчатость или полная неизвестность - все, что остается от пропавших без вести. Иногда дезинформация сопровождается еще и унижением родственников. В Гватемале, например, женщинам, спрашивавшим о своих пропавших мужьях, с издевкой отвечали, что те сбежали с «женщинами посимпатичней» (Towell, 1994).

Один случай в Шри-Ланке показал, насколько опасным может стать поиск пропавших без вести. Когда мать и брат восемнадцатилетней Кришанти Кумарасами 7 сентября 1996 г. спросили у военных о местопребывании девушки, те убили обоих вместе с двумя сопровождавшими. Только благодаря случайности, это преступление было предано огласке и привлекло большое внимание - хотя и слишком поздно для четверых убитых, чьи тела через 45 дней были найдены в яме (Society for threatened peoples 1996; Thangavelu, 1996).

Благодаря давлению международных и национальных организаций по правам человека, было проведено расследование, и виновные солдаты предстали перед судом. В ходе процесса стало ясно, что исчезновение и убийство Кришанти и ее семьи были лишь верхушкой айсберга. Один из обвиняемых заявил в свою защиту, будто он не убивал, а только, следуя приказу, закапывал трупы.

*«Мы только закапывали трупы. Мы можем показать, где зарыты 300 или 400 трупов»*

Майкл Ондатже, освещающий тему насильственных исчезновений на Шри-Ланке, пишет в своем романе «Призрак Анил»:

*«У нации, исполненной страха, выражение скорби на людях подавлялась состоянием неопределенности. Если отец протестовал против смерти своего сына, то это грозило убийством еще кого-нибудь из членов семьи. Если исчезал кто-то, кого ты знал, то шанс, что он еще жив, оставался, пока ты помалкивал. Это был охвативший всю страну глубокий психоз: смерти, потери не заканчивались, они становились неминуемыми... От права и закона не осталось ничего, кроме веры в будущую месть властям предержащим»*

Почти во всех регионах мира есть люди, ищущие своих исчезнувших близких - будь то из-за прошлой политической ситуации, как например, в латиноамериканских странах или Шри-Ланке, или в связи с актуальными политическими конфликтами. В Латинской Америке с 1970-х годов организованные группы родственников борются за своих пропавших без вести супругов, сыновей, дочерей и внуков.

Арибаль Бланко Арая, чей муж в 1981 г. исчез в Гондурасе, говорит:

*«По всей Латинской Америке есть множество случаев, похожих на мой... там горе матерей, надежда вдов и печаль детей... но мы не сдадимся, потому что верим в право на жизнь, в уважение прав человека, в справедливость и мир»*

Объединение в группы для совместной борьбы за справедливость и за получение информации о местопребывании близких характерно для Латинской Америки. Члены этих групп, объединяющиеся вокруг такой сферы нарушений прав человека, как насильственные исчезновения, требуют свободы для своих сыновей, дочерей, супругов или, по крайней мере, правды об обстоятельствах их смерти (Taylor, 1997).

20 декабря 2006 г. ООН приняла «Международную конвенцию для защиты всех лиц от насильственных исчезновений» (International Convention for the Protection of All Persons from Enforced Disappearance). 23 декабря 2010 г. она вступила в силу.

К середине 2013 г. конвенция была подписана 92 государствами, 39 – ратифицировали ее (Сборник договоров Организации Объединенных Наций).

В первой статье Конвенции сказано:

*«1. Никто не может подвергаться насильственному исчезновению.*

*2. Никакие исключительные обстоятельства, какими бы они ни были, будь то состояние войны или угроза войны, внутренняя политическая нестабильность или любое другое чрезвычайное положение, не могут служить оправданием насильственного исчезновения».*

Этим четко разъясняется, что насильственное исчезновение является преступлением при всех политических и общественных условиях.

## 7. Исчезновение беженцев

Люди бегут от войны, диктатуры, пыток. Бегство с родины часто означает разлуку навсегда и потерю любой возможности общения с оставленными дома близкими. Несмотря на развитие коммуникаций, и в XXI в. беженцы часто полностью лишены контактов со своими семьями.

Семьи беженцев покидают свои дома, боясь репрессий, и получают статус так называемых «внутренне перемещенных лиц» в других, более безопасных частях своей страны или же покидают родину совсем и бегут в Центральную Европу, США, Австралию и т. д., подчас не имея определенных планов и целей. Для остающихся в африканских или азиатских странах становится практически невозможным найти своих родственников за границей.

В дополнительном протоколе к Женевским конвенциям (1949, 1977) в главе «Пропавшие без вести» сказано:

*«Как только позволят обстоятельства, самое позднее – сразу по окончании активных боевых действий, каждая сторона конфликта должна приступить к поиску лиц, которые причисляются к пропавшим без вести противной стороной. Противная сторона должна передать всю необходимую информацию о таких лиц в целях содействия поиску...»*

Красный Крест делает большую работу по воссоединению людей, живущих в разных странах, хотя часто это бывает весьма сложно, особенно в регионах, где не существует регистрации резидентов. Из-за отсутствия связи между людьми исчезновение человека во время его бегства часто остается незамеченным. Многие пути бегства чрезвычайно опасны, а у беженцев нет ни опыта, ни знаний как вести себя, например, в лодке в открытом море или в горах зимой. У людей нет ни необходимого оборудования, ни пригодной одежды, их физическая подготовка оставляет желать лучшего, да и местность им обычно незнакома. Часто беженцы полностью зависимы от контрабандистов, тайно перевозящих нелегальных мигрантов. Но у них нет иного выбора, как на пути к новому дому рисковать своей жизнью. А риск этот обусловлен утлыми лодками, возможностью задохнуться в слишком тесных, лишенных воздуха трюмах и пр.).

Многие в таких условиях умирают, и лишь в редчайших случаях известия об их гибели доходят до близких – только если трупы этих беженцев будут найдены или если выжившие беженцы расскажут, что именно случилось с погибшими, и произошедшее станет известно обществу. Полностью обессиленные беженцы, которых задерживают на переполненных судах у побережья Италии, Греции и Испании, сообщают о случаях гибели своих товарищей от истощения и обезвоживания. В большинстве случаев трупы выбрасываются за борт, чтобы дать шанс выжить остальным. Для близких этих беженцев судьба их теряется в неизвестности – где-то между родиной и вождленным убежищем. Они никогда больше их не увидят.

В последние годы в Мексике организуются так называемые «караваны» родственников тех, кто исчез по пути на север. При этом в различных местах предполагаемого маршрута миграции людям раздают фотографии пропавших в надежде, что у кого-то есть сведения об их местопребывании (Lenz, Müller, 2011).



## 8. Структурное насилие и пропавшие дети (Индия)

Причинами насильственных исчезновений являются не только политическое противостояние и война - нищета также может лежать в основе структурного насилия. Попытки борьбы против этого массового нарушения прав человека терпят поражение из-за нехватки финансов и социальных ресурсов потерпевших.

В Индии растет интерес общественности к такой самой темной стороне общества, как бесследные исчезновения детей и женщин. Создаются программы, которые могут помочь пострадавшим семьям в том, чтобы исчезновение не было безвозвратным, или, по крайней мере, можно было бы узнать о судьбе сыновей и дочерей.

Сколько детей в Индии ежегодно отлучается от своих семей и теряет контакт с родителями - неизвестно. Об их числе можно только догадываться. По оценке Национальной комиссии по правам человека это около 44 000 детей. Примерно четверть из них не будут найдены никогда. Некоторые неправительственные организации называют более высокие цифры.

Причины, почему в Индии теряются дети, различны. В докладе Национальной комиссии по правам человека на тему исчезновения детей (Sharma) называются следующие основные причины:

- детей забирают или похищают члены семьи;
- детей похищают чужие люди;
- дети становятся жертвами торговли людьми;
- дети сами убегают из дома, или обстоятельства таковы, что у них нет иного выбора; - дети случайно оказываются в незнакомом месте, получают травмы и теряют способность ориентироваться.

*«Обычно они убегают в большие города, где становятся жертвами эксплуататоров и работают в чайных лавках, публичных домах, просят милостыню и т. д. Большинство детей родом из бедных семей, которые не имеют доступа к полиции или же заявления которых не принимаются всерьез»*

В худших случаях дети становятся жертвами торговцев людьми или лишаются жизни как жертвы торговли органами.

Childline («Детская линия») выделяет три группы уличных детей (2013).

Во-первых, это дети, которые живут на улице вместе со своей семьей; во-вторых - живущие в отрыве от своих семей, по большей части, в больших городах, и имеющие нерегулярные контакты с родителями, оставшимися в регионах, откуда они родом, и, наконец, третья группа - это дети, которые потеряли все связи со своими семьями: часть из них - сироты, часть - беженцы или жертвы торговли людьми, а также убежавшие из дома. Для этой, третьей, группы очень важны организации, куда они могут обратиться и получить помощь в поиске родственников.

Самая известная программа в Индии, которая собирает сведения о пропавших без вести детях, - это Missing Child Search. С 2000 г. были собраны и сохранены данные о 220 000 детей. На основании программы возник интернет-сайт, на который более 300 организаций поставляют свои данные. Благодаря этой онлайн-платформе теперь можно вести поиск детей быстрее и более профессионально, да и сами дети могут искать свои семьи через этот интернет-адрес. Количество посещений сайта свидетельствует о его востребованности: некоторые организации, работающие на этой платформе, регистрируют до сорока посещений в день. Часто сайт работает слишком медленно, так как серверы перегружены.

Конечно, поиски возможны только тогда, когда дети были разлучены с их семьями вследствие неблагоприятных обстоятельств, но не тогда, когда сами родители прогнали или продали своих детей.

## 9. Исчезновения вследствие природной катастрофы (на примере цунами 2004 года)

Цунами 26 декабря 2004 г. унесло жизни сотен тысяч человек на Шри-Ланке и в других странах Азии и Африки. Множество трупов удалось опознать. Однако, как это бывает после крупных природных катастроф, многие погибшие были похоронены или сожжены до опознания. Люди исчезали тысячами: их тела унесло в открытое море.

29 декабря Красный крест запустил интернет-страницу, на которой можно было вести поиск пропавших близких. Уже через три часа сайт работал на полную мощность – этот новый инструмент нашел широкое применение и стал незаменимым средством поиска пропавших без вести.

Далее я расскажу о моем собственном опыте работы в таких ситуациях, на основании которого я определила потребности в психосоциальном обеспечении, возникающие у людей после крупных катастроф вообще и у родственников пропавших без вести в частности.

Отправляясь в феврале 2005 г. на Шри-Ланку, я испытывала беспокойство. Я уехала оттуда всего полтора месяца назад, но цунами так много изменило. Мне вспомнился один разговор, состоявшийся в начале декабря 2004 г. Мы обсуждали тогда в Коломбо только что закончившийся семинар по психотравме. Кто-то из участников рассказал об одной из многочисленных бомбежек города, когда ему пришлось искать пропавшего друга, которого он в конце концов нашел в море. Рассказ об этом травматическом событии он закончил словами: «Каждый в этой стране видел слишком много подобных вещей!». Этот разговор состоялся всего за две недели до самой ужасной в истории Шри-Ланки и соседних с ней регионов катастрофы, которая только этому островному государству стоила больше 30 000 жизней. Если поблизости от Коломбо катастрофа была не так заметна, то все изменилось, когда мы выехали из города и отправились на север. Невозможно вообразить, какие разрушения предстали перед нашими глазами даже пять недель спустя после 26 декабря.

Разруха распространялась глубоко внутрь страны: дома были превращены в развалины, пальмы вырваны с корнем, лодки валялись, унесенные, как детские игрушки, на сотни метров от воды. Тут и там попадались личные вещи: фотоальбом с фотографиями празднично одетых людей, кусок шелкового сари, остановившиеся часы. Лишь отдельные люди встречались изредка в опустошенных деревнях. Слишком велик был страх, слишком сильны травматические воспоминания.

Проблемой стало чересчур большое количество психологических и психосоциальных программ, направленных в страну наряду с другой помощью. Много говорилось об «исцелении травмы». Однако для многих с этим понятием было связано ложное обещание: все заживет и вернется на круги своя – как до катастрофы. Самым большим несчастьем была потеря людьми их близких. Но никто из них не вернулся живым благодаря программе «исцеления травмы». С подобными программами была связана иллюзия скорого облегчения душевного страдания. При этом тренинги часто были направлены на облегчение одного-единственного симптома – избегания: люди учились не бояться моря, вновь выходить на берег и в открытый океан. Для рыбаков это, конечно, очень важно, но это всего лишь незначительная часть вызванного цунами страдания. Оплакивание погибших или бесследно пропавших близких, разрушенных домов, потери собственного здоровья и благополучия было намного более длительным процессом.

Некоторые из международных программ недостаточно учитывали политическую и социальную ситуацию того времени в Шри-Ланке. Хотя страна находилась в фазе прекращения огня, до мира было еще далеко. Поэтому на ситуацию нужно было реагировать очень чутко. Наряду с этим, многие еще до катастрофы пережили травму. Одна семья, например, рассказала, что они теряют свой дом в четвертый раз – трижды это случалось во время войны и теперь снова, из-за цунами.

Нашей задачей было как можно скорее снабдить базовыми знаниями достаточное количество людей, чтобы они могли предлагать долгосрочную психосоциальную помощь другим, т. е. необходимо было сделать так, чтобы люди без психологического образования поддерживали тех, кто был травмирован гибелью и исчезновением родственников (Preitler, 2006, 2008) (см. также гл. VII, раздел 2.3).

Перспектива у родственников пропавших без вести жестокая и мрачная, прогноз – тяжелый. Жизнь застывает, скорбь невозможна. К тому же дальнейшая жизнь часто осложняется социальным окружением. И все равно существует большое количество индивидуальных и коллективных форм совладания с ситуацией исчезновения близких и, следовательно, трансформации страдания и скорби или, по крайней мере, их части в нечто новое.

Проводя в Израиле исследования людей, выживших в концлагерях (1987), Аарон Антоновский отметил факторы, позволяющие человеку выжить и остаться относительно невредимым даже в самых тяжелых травматических ситуациях. Удивительным образом 29 % опрошенных им женщин, прошедших в юности концентрационные лагеря, затем бывших беженками и в конце концов ставших таковыми в Израиле, он отнес к категории психически здоровых.

Это побудило Антоновского интенсивно изучать факторы, которые, невзирая на сильный стресс, позволяют человеку оставаться здоровым, а может быть, даже способствуют его позитивному развитию. Он разработал теорию «чувства согласованности» (Sense of Coherence – SOC). Это чувство базируется прежде всего на трех компонентах:

### 1. Постижимость (Comprehensibility)

Постижимость соотносится со способностью воспринимать происходящее как неотъемлемое, логичное, имеющее смысл для жизни. Человек, обладающий развитым чувством согласованности, воспринимает мир разумным, упорядоченным, предсказуемым и понятным, а не хаотичным и произвольным:

*«Важно отметить, что ничто не заключает в себе целесообразности стимулов. Смерть, война или крах – все это может случиться, но такой человек сможет найти в этом смысл»*

### 2. Управляемость (Manageability)

Под управляемостью Антоновский понимает субъективную позитивную оценку ресурсов, которыми обладает человек и которые пригодны для того, чтобы справляться с требованиями жизни. Это могут быть его собственные ресурсы, а также те, которыми он распоряжается через близких ему лиц или группы лиц.

Луизе Реддеман (2004) называет этот компонент «Meisterschaft» – мастерство, умение (справляться): тот, кто обладает этой способностью, в состоянии преодолеть сложную ситуацию.

### 3. Существенность или осмысленность (Meaningfulness)

В контексте теории Антоновского существенность касается особой значимости одной или нескольких сторон жизни человека – людей, вещей, которые ему особенно дороги. Этот компонент важен для понимания отношения человека к требованиям и проблемам, с которыми он сталкивается в жизни. Можно воспринимать какую-либо проблему как абсолютно неразрешимую, а можно посмотреть на нее под другим углом, поместить в более широкий жизненный контекст и отнести к ней как к вполне преодолимой и решаемой на фоне других, более сложных проблем. Это не означает, что позитивно мотивированный человек не страдает из-за смерти или исчезновения близких, но такой человек попытается найти объяснение или даже решение проблемы.

В данной главе будут рассмотрены стратегии преодоления ситуаций насильственных исчезновений на основе чувства согласованности.

При этом прежде всего возникает вопрос о политической ответственности и о согласованном отношении к прошлому по окончании войны и диктатуры. Те, кто остаются у власти, обычно хотят как можно скорее все забыть. Преступники и коррумпированные властные структуры часто затушевывают прошлые события, препятствуют чувству согласованности в людях, мешают поиску ими истины и смысла. Желание жертв разобраться с тем, что произошло с ними и с их пропавшими близкими, блокируется и воспринимается как «нездоровое».

Как относятся к политическому насилию страны, в которых изменилась политическая система? Какие ответы получают от новой власти те, кто пострадал сам, а также родственники убитых и «пропавших без вести»?

Элизабет Джелин приходит к отрезвляющему заключению:

*«...фактически невозможно привлечь всех виновных в насилии к ответственности и к какой-либо компенсации пострадавшим».*

Она описывает попытку преодоления прошлого в Аргентине после падения диктатуры в 1983 г.

*«...а раны будут медленно заживать и время от времени по-разному проявляться вновь – от*

*художественного изображения до личной мести. Тогда память сможет отчасти занять место правосудия»*

Джелин требует индивидуального, а также коллективного анализа постигшей страну социальной катастрофы, который ликвидирует все пробелы и «черные дыры», которые с этим связаны. В противном случае, есть опасение, что следующее поколение будет жить в атмосфере непроработанных старых травм, несущих на себе знак замалчивания и коллективного паралича.

По всему миру существует много инициативных групп, основанных близкими пропавших без вести, где они могут активно проявить себя в прояснении фактов исчезновения своих родных. Помимо этого, они активно выступают за предотвращение насильственных исчезновений и за права человека вообще.

Некоторые такие группы из разных стран, их методы преодоления, их борьбу за права всех родственников пропавших без вести мы описываем в нашей работе.

Самая известная группа родителей исчезнувших детей – это, по моему мнению, «Матери Пласа де Майо» (Las Madres de la Plaza de Mayo) из Буэнос-Айреса. Они требуют расследования местонахождения своих сыновей и дочерей, пропавших без вести во времена диктатуры в Аргентине.

Исчезновение близких повергает многих в смятение и беспомощность. Но вместе с тем эти люди активно предпринимают шаги, чтобы узнать что-то о местонахождении пропавших. Прежде всего они хотят знать, где пропавший человек находится в данный момент, и организовать как можно более быстрое его возвращение. Здесь начинают действовать все три компонента чувства согласованности по Антоновскому (Antonovsky, 1997):

1. Через попытку прояснить обстоятельства исчезновения и тем самым узнать, что именно произошло, ситуация становится более понятной.
2. Становясь активными и не давая запугать себя, матери освобождаются от оцепенения. Благодаря этому – среди хаоса – женщины находят способы разрешить ситуацию, которая таким образом становится управляемой.
3. Благодаря совместным усилиям найти не только своих, но и чужих родственников, а также успехам на общественно-политическом уровне, их деятельность обретает смысл – даже в том случае, если они никогда ничего не узнают о судьбе своих собственных близких.

Матери Пласа де Майо начали поиски своих пропавших дочерей и сыновей, находясь в водовороте страха, надежды и фрустрации. С. Торнтон так описывает первую фазу поиска:

*«Эти женщины, которые не знали, кто и почему увел их детей, немедленно обращались к властям и сообщали о похищении. Но куда бы они ни приходили – в местный полицейский участок, правительственное учреждение или военный гарнизон, им везде говорили одно и то же: информации о человеке с таким именем нет, отправляйтесь в другое место»*

В большинстве своем именно женщины пускались в нескончаемую одиссею по учреждениям и ведомствам, поскольку мужчины как кормильцы должны были работать и не имели времени на продолжительные поиски. В походах по одним и тем же инстанциям женщины постоянно сталкивались друг с другом и налаживали между собой контакт.

*«После некоторого времени хождения из одного места в другое женщины знакомились друг с другом. Они постепенно начинали разговаривать и сравнивать свои истории. Вскоре они начали встречаться специально»*

Все они тогда думали, что нужно подождать пару недель или месяцев, и их дети вернуться. Никто не был готов к тому, что сыновья и дочери пропали навсегда.

В апреле 1977 г. 14 матерей начали с маленькой демонстрацией на Пласа де Майо, где они представили свою петицию о детях и потребовали встречи с президентом. Три недели спустя уже 60 женщин поддержали требования. Три матери были допущены к министру внутренних дел. Последний попытался их успокоить: ваши дети, вероятно, тайно уехали за границу или попросту сбежали. Женщины, не желая быть обманутыми, провозгласили, что отныне каждый четверг они будут собираться на площади, пока не получат правдивых сведений о своих детях.

Верные своему слову, женщины еженедельно собирались на площади, и группа стала называться «Матери Пласа де Майо». Выходящим на мирную демонстрацию матерям грубо угрожали полиция и военные, а несколько женщин даже исчезли. Одна из исчезнувших матерей, Азучена де Виченте, была среди трех матерей, с которыми беседовал министр внутренних дел.

*«Хунта, которая держалась на страхе простых людей, когда никто не мог протестовать или просто даже не соглашаться с ней, считала, что запугиванием матерей можно их остановить. Многие матери отмечают в своих рассказах, что преодолеть страх было очень тяжело, – прежде всего потому, что они боялись за безопасность остальных членов семьи»*

Но вопреки всему, женщины пошли дальше. Они получили поддержку от других организаций по защите прав человека – в Аргентине и на международном уровне. Матерям, разумеется, была важна эта поддержка других сообществ, но в то же время они настаивали на том, чтобы – со своей проблемой пропавших без вести и со своими требованиями – оставаться независимыми, а не быть поглощенными какой-либо более крупной правозащитной организацией. Они хотели заступаться именно за пропавших без вести.

В контексте пропавших была еще одна важная проблема. Среди них были беременные женщины, чьи дети, рожденные в тюрьме или секретном лагере, часто отдавались на усыновление верным режиму сотрудникам и военным. В связи с этим образовалась новая группа: бабушки этих детей хотели найти своих внуков и получить над ними опеку.

Матери и бабушки получили поддержку в Америке и Европе. Правительство не могло и дальше только запугивать или игнорировать их – оно изменило тактику. В прессе женщин стали пренебрежительно называть «Las Locas» – «сумасшедшими». Таким образом, и здесь была предпринята попытка выдать жертв нарушений прав человека за психически ненормальных. К 1982 г. тысячи людей стали присоединяться к матерям на их еженедельных демонстрациях. В конце концов военное правительство того времени издало заключительный отчет о ситуации:

*«...все пропавшие без вести, если они не в изгнании и не скрываются, могут быть признаны умершими»*

В октябре 1983 г. военная хунта разрешила демократические выборы. Таким образом, темная эра в истории Аргентины подошла к концу. Однако множество матерей и бабушек до сих пор ждет прояснения судьбы своих детей и осуждения виновных. Их еженедельные собрания продолжаются.

*«Матери по-прежнему не прощают правительству попыток все забыть и жить дальше, не признавая его соучастия в преступлениях и не призвав виновных к ответственности. Но их деятельность направлена теперь также на борьбу за права человека в целом, что включает в себя свидетельства о злоупотреблении властью при других репрессивных режимах, реакцию на несправедливость по всему миру»*

В 1986 г. матери Пласа де Майо разделились: группа, объединившаяся вокруг Хебе де Бонафини назвала себя «Ассоциацией матерей Пласа де Майо»; вторая группа стала известна как «Фонд матерей Пласа де Майо». Прежняя группа не хотела принимать от правительства компенсацию за пропавших детей – ведь тогда бы пришлось подписать свидетельства об их смерти.

В. Эрнандес цитирует госпожу де Бонафини, сказавшую по этому поводу:

*«Ты не можешь назначить цену жизни. К тому же, чтобы принять эту компенсацию, ты должен подписать свидетельство о смерти, признавая, что твой ребенок мертв. Я не могу подписать его, потому что только те люди, которые забирала детей, знают про это, но не я»*

Главная цель «Ассоциации» – законное преследование преступников, ответственных за насильственные исчезновения, У «Фонда» же, по словам его главы г-жи Альмейда, у которой в 1977 г. пропал сын Алехандро, цель иная:

*«Я уважаю мнение г-жи де Бонафини, но мне нужен результат. Я бы хотела коснуться останков Алехандро, прежде чем я умру»*

## 1.1. Формирование групп поддержки для родственников пропавших без вести

В Аргентине (как и в других странах) были и есть психологи и врачи, которые активно поддерживают жертв насилия. Это, например, Диана Р. Кордон, Люсила Эдельман, Д. М. Лагос, Э. Николетти и Р. Боцолло из группы психосоциальных исследований ЕАГПР. Они приняли участие во встречах матерей с целью оказания им психологической поддержки. Во время таких встреч люди могли рассказать о страхе, страданиях и о чувстве вины, которые мучили их после исчезновения сыновей и дочерей. В таком общении многие находили облегчение.

Эвелина, чей сын пропал без вести, принимала участие в таких встречах. Ее мучило сильное чувство вины, потому что когда-то она, парализованная страхом, молча наблюдала похищение своего сына. Ее постоянно преследовала мысль, что активным вмешательством она могла бы помешать этому насильственному исчезновению сына. Ей ответила Флоренсия, чей сын тоже пропал. Она, напротив, очень активно сопротивлялась аресту своего сына и пыталась воспрепятствовать этому всеми средствами – и теперь страдает от чувства вины, что своим поведением смогла лишь ухудшить ситуацию. Обмениваясь опытом, каждая из женщин постепенно стали принимать свое поведение

Родственники пропавших без вести на встречах могли обсуждать то молчание, которое хранили другие члены семей пропавших без вести, и таким образом прорабатывалась происходившая от этого дополнительная травматизация. Поскольку общераспространенным было мнение, что пропавший без вести сам виноват во всем и, любой, кто с ним связан, может быть опасен, то люди старались дистанцироваться от родственников пропавших. Поэтому последние ощущали себя в изоляции, часто были безмолвны и беспомощны. В безопасном же пространстве группового общения можно было нарушить безмолвие в обстановке поддержки и понимания.

Диана Кордон и ее команда видят четыре важнейших психологических возможности, которые группа предоставляет родственникам пропавших без вести:

1. Ослабление чувства вины. Как показывает описанный выше пример, поделившись опытом, можно найти новые точки зрения на собственные действия и чувства. Одновременно с этим помогает простое знание того, что другие тоже пережили подобное.

*«Дискуссия... помогла нам посредством обмена субъективными переживаниями. Мы увидели, как мысли, годами мучающие тех, кто обвиняет себя за произошедшее, сталкиваются с чувством вины другого человека, который, оказывается, имеет совсем другой опыт»*

(Kordon, et al., 1988, с. 46).

2. Облегчение личного страдания и принятие собственных чувств беспомощности и отчаяния. Это совпадает с воспоминаниями Леона Зельмана о том, как оставшиеся в живых в часто безуспешных поисках своих близких объединились в лагере беженцев Бад-Гойзерн и оказывали друг другу помощь.

*«...среди оставшихся в живых робко образовывалась некая общность... И хотя мы понимали, что у нас, вероятно, больше никого нет, друг у друга были мы. Мы могли делиться надеждой вновь обрести близких... Это была своего рода терапия: говоря о своих надеждах, мы приближались к тому, чего искали – теплу и защищенности... Завязавшаяся в Бад-Гойзерне дружба продолжалась всю жизнь... Мы не говорили ни о гетто, ни о лагере. Мы говорили о времени после них, когда молодые люди помогали друг другу вернуться к жизни, заменяли друг другу отца и мать, брата и сестру. Ведь психологическая помощь отсутствовала. Мы должны были помочь себе сами стать за считанные месяцы взрослыми»*

(Zelman, 1995, с.120, 123, 125).

3. Возможность переоценки собственного травматического опыта в связи с тем, что становятся важными новые аспекты, до сих пор неизвестные или незамеченные. Члены группы узнают не только о том, что и другие люди чувствуют и реагируют подобным же образом, но и что существуют различные допустимые формы совладания с ситуацией исчезновения близких.

4. Восстановление уверенности в себе, которое происходит благодаря беседам в группе и трем описанным выше аспектам.

*«...происходит сохранение и повышение самооценки через поддержание и установление новых отношений между Эго и его Идеалом с помощью принципа реальности и интеллектуального осмысления»*

(там же).

## 1.2. Трансформация скорби и травматизации в политические акции

В первое время после исчезновения детей женщинам нужно было проявить все свое мужество, чтобы навести справки в учреждениях, с которыми большинство из них никогда раньше не соприкасались. Родственники были растеряны и запуганы. Они столкнулись с такой тяжелой личной потерей, как внезапное исчезновение ребенка. То, что о судьбе детей ничего не было известно, наводило на мысль, что определенную роль в этом сыграло государство. В связи с этим родственники пропавших не получали поддержки от других членов семьи и знакомых – даже наоборот, семей пропавших без вести часто сторонились, поскольку знакомые, друзья, а подчас и близкие родственники боялись сами попасть под подозрение из-за контактов с семьей, в которой кто-то исчез. Благодаря объединению матерей в группу была создана новая система отношений: женщины получили возможность обсуждать свое положение и находили понимание, поскольку у всех был похожий опыт.

Большинство матерей не принимают смерть, что могло бы стать важной предпосылкой для скорби. Они хотят вернуть своих детей живыми. Основным лозунгом демонстраций было: «Их забрали у нас живыми, и мы хотим получить их назад живыми». Даже когда с годами становится все яснее, что вряд ли кто-нибудь из пропавших без вести остался в живых, матери продолжают требовать информацию об их судьбе от несущих за это ответственность учреждений. Также они хотят осуждения виновных.

Протест матерей было скорее политическим, чем психологическим: они хотели пресечь забвение незаконных и выступали за справедливость (Kordon et al, 1988).

Начиная с 1979 г., и особенно в своих заключительных докладах о нарушениях прав человека в период диктатуры, правительство оказывало давление на родственников пропавших без вести. Тем следовало признать смерть пропавших лиц, поскольку, по мнению правительства, таким образом будет положен конец публичному поиску матерями своих детей, а значит, прекратится и поиск виновных.

С. Торнтон указывает на три фактора, помогающие женщинам психологически преодолеть ситуацию исчезновения детей. Во-первых, это взаимная поддержка среди женщин. «Матери Пласа де Майо» стали для них новой большой семьей. Во-вторых, действуя в общих политических целях, они нашли выход из своего бессилия в отношении травматического события, повлиявшего на их семьи. И в-третьих, своей деятельностью, простирающейся за рамки собственной судьбы и личной боли, они выполняли общественно значимую работу. В своей общественно-политической деятельности некоторые женщины видят продолжение политической деятельности своих пропавших детей, ставшей для них злым роком.

Торнтон резюмирует, говоря о трансформации застывшей скорби в политическую активность:

*«Проявляя свою скорбь в очень нетипичных обстоятельствах и самым нетрадиционным способом – через публичное отрицание смерти и требование, чтобы правительство объяснилось и взяло на себя ответственность за свои действия, матери очень выросли как личности и публично добились позитивных изменений в обществе, которое, как правило, считает, что женщины, особенно среднего возраста и пожилые, должны сидеть дома... Через любовь к пропавшим детям они трансформировали свою скорбь, рожденную в отчаянной ситуации, в позитивное видение коллективных действий за мирную и спокойную жизнь»*



## 2. Международные сообщества

Примеру матерей в Аргентине последовали родные пропавших без вести во многих странах. Здесь будут вкратце представлены некоторые из аналогичных организаций.

Негосударственная организация FEDEFAM (Латиноамериканская федерация ассоциаций родственников пропавших без вести) налаживает связи и объединяет организации родственников по всей Латинской Америке. FEDEFAM поставила перед собой три основные цели:

*«Вызволить жертв насильственных похищений из мест, где они тайно содержатся, живыми, а также вернуть детей родителей, подвергнувшихся насильственному исчезновению, в их первичные семьи.*

*Требовать расследования всех случаев насильственных исчезновений с последующим судебным разбирательством и санкциями в отношении всех несущих ответственность за преступления.*

*Вырабатывать и продвигать национальные и международные правовые нормы, которые, классифицируя насильственное исчезновение как преступление против человечности, являются методами достижения справедливости и предотвращения насильственных исчезновений»*

Негосударственными организациями предпринимаются попытки достижения названных целей различными средствами. Собирается информация, проводятся акции по написанию писем, направляются обращения к ответственным лицам на национальном и международном уровне, организуются публикации на тему исчезновений и т. д. FEDEFAM опирается при этом на такие международные соглашения, как «Декларация ООН о защите всех лиц от насильственных исчезновений» и «Конвенция против насильственных исчезновений».

ICMP (International Commission on Missing Persons – Международная комиссия по пропавшим без вести лицам) была основана в 1996 г. в Боснии ввиду множества пропавших без вести во время Боснийской войны. В настоящее время комиссия работает по всему миру. Мандат ICMP предусматривает прежде всего поиск и опознание лиц, пропавших без вести (ICMP, 2012).

Организация Refugees United была основана в 2006 г. в Дании и рассматривает себя как платформу, использующую такие современные средства, как Интернет, Фейсбук, Твиттер и пр., чтобы предоставить семьям возможность глобального поиска их близких (Refugees United).

Другие международные организации, такие как Human Rights Watch, Amnesty International, Asia Watch предоставляют родственникам площадки, чтобы, с одной стороны, оказать им конкретную помощь в их поиске пропавших и, с другой стороны, бороться за структурные изменения в политике и законодательстве для предотвращения насильственных исчезновений.

### 3. Комиссии по установлению истины

Комиссии по установлению истины играют значительную роль в проработке прошлого. Самой известной из них была так называемая «Комиссия правды и примирения» («Truth and Reconciliation Commission») в Южной Африке, которая поставила себе целью через выявление беззакония и установление реальных фактов вносить вклад в примирение между этническими группами. Наряду с южноафриканской существовало и существует множество других подобных комиссий, как, например, в Сальвадоре, Перу, Гватемале, Чили, Восточном Тиморе, Шри-Ланке и Руанде.

Прежде всего родственникам пропавших без вести важно знать, что преступники наказаны, – это укрепляет в них чувство уверенности и безопасности и удовлетворяет их потребность в правосудии.

Э. Штауб пишет:

*«Это может помочь жертвам почувствовать связь с остальным миром, а не изолированность от него»*

Но комиссии справедливости выполняют и другие функции. Преступники склонны считать себя невиновными. Свои действия они оправдывают как абсолютно необходимые в то время, а личную ответственность отрицают под предлогом того, что всего лишь исполняли свой долг.

*«Непосредственные преступники, люди, бывшие на вторых ролях, и остальные – те, кто просто молча наблюдал за происходящим, – все склонны к оправданию своих действий. Они видят в них либо самозащиту, либо способ борьбы с теми, кто стал на пути достижения важных целей, порой оправданных „высокими“ идеологическими понятиями, такими как коммунизм, нацизм, или национализм»*

Такое представление преступников о себе ставится комиссиями под вопрос и даже разрушается. По крайней мере, в общественном мнении возникает другое представление о реальности: преступники привлекаются к ответственности за содеянное. Однако удивительным образом жертвы часто готовы быть снисходительными к преступникам, если те признают свою вину.

*«...родственники жертв продемонстрировали огромное великодушие... большинство из них подчеркнули, что, в конце концов, для них важно раскрытие правды и что память об их близких не опорочена и они не забыты»*

Кристи Сангстер (Sangster, 1999) видит две существенные функции комиссий правды.

Во-первых: комиссии должны опираться на правду, какой ее видят жертвы, и она должна быть признана. На нее может и должно ссылаться правосудие. Во-вторых, те, кто нарушили права человека, должны быть привлечены за это к ответственности – в соответствии с правовой системой страны. В обязанности комиссий входит предоставление фактов, на которых может строиться правосудие.

Следовать этому кажущемуся самим собой разумеющимся порядку не всегда просто. Первой комиссией по установлению истины был Нюрнбергский процесс. Но даже при тех – политически абсолютно однозначных – условиях, когда все обвиняемые, адепты зловещего режима, очевидным образом были ответственны за свои зверства, было сложно в точности идентифицировать эти деяния и по заслугам наказать преступников.

Комиссии правды, которые возникали с 70-х годов XX в. в государствах, где пала диктатура, часто оказываются в еще более сложной ситуации: люди, ответственные за нарушения прав человека, порой занимают влиятельные посты в новых правительствах или армиях. В странах, где недавно бушевали гражданские войны, комиссии должны способствовать установлению пусть хрупкого, но мира, а не подвергать его опасности, настаивая на горькой правде.

Ситуация для комиссий по расследованию случаев нарушения прав человека еще более усложняется в странах, которые продолжают воевать. На Шри-Ланке, например, одна из созданных в 1996 г. комиссий по насильственным исчезновениям передала президенту имена 200 ответственных за эти преступления военных. Однако вокруг вопроса об их возможной отставке стала намеренно создаваться неразбериха. Результатом многочисленных дискуссий стало негодование по поводу «клеветы на настоящих героев войны», которая «способна ослабить армию» в критический момент войны. Ни один солдат из списка не был отстранен от службы в зоне военных действий. (Amnesty International 1997).

Вопрос, насколько вообще возможно расследование государственных преступлений в стране, находящейся в состоянии войны, остается открытым. Несмотря на это, на основе фактов, предоставленных комиссиями по установлению истины, снова и снова удается привлечь виновных к ответственности и добиться справедливости для жертв нарушений прав человека.

Сангстер указывает на то, что правда ценна сама по себе и обладает регуляторным и целительным воздействием как на отдельного человека, так и на общество в целом. Могут быть найдены также альтернативные формы искупления и покаяния. Официальные извинения за нарушения прав человека, которое президент Чили Эйльвин принес пропавшим без вести и их близким, были больше, чем просто жест. Они были восприняты как признание и реабилитация погибших и пропавших без вести.

Помимо расследований, комиссия в Чили разработала перечень рекомендаций относительно будущего жертв. Наряду с психосоциальным обеспечением, рекомендовалось предоставить жертвам наилучшие возможности в образовании.

Брэндон Хамбер, изучавший вопрос компенсаций жертвам политических репрессий в Южной Африке по окончании апартеида, указывает на разнообразие желаний и потребностей оставшихся в живых и близких погибших и пропавших без вести:

*«Одни выжившие или семьи жертв хотят финансовой компенсации, другие – подобающих похорон их пропавших близких, кто-то просто хочет правды, а для некоторых по-прежнему самой лучшей компенсацией было бы привлечение к ответственности виновных»*

В любом обществе существует общепринятое понимание хорошего и плохого – правосудия, преступления и наказания. Если бы преступники были осуждены и наказаны в соответствии с этими стандартами, включая случаи, когда их действия были санкционированы государством, это могло бы стать значительным шагом в сторону помощи жертвам и их родственникам в преодолении их травм. Причина того, почему многие отвергли финансовую компенсацию, по мнению Хамбера, в том, что люди не хотели, чтобы им платили за их молчание.

*«Они отказывались принять денежное возмещение, так как чувствовали за этим не общественное и историческое признание, а оплату государством их безмолвия»*

Во многих латиноамериканских странах жертвы принимали финансовую компенсацию, но сразу передавали деньги правозащитным организациям.

#### 4. Необходимость признания пропавших без вести погибшими

В 1995 г. только что сформированное в то время правительство Шри-Ланки назначило три комиссии для расследования дел исчезнувших людей. Комиссии получили сообщения о 60 000 случаях исчезновения – в основном в период с 1988 по 1990 г. На юге страны было рассмотрено 5000 случаев. Достаточно было чьих-либо показаний, чтобы человек официально был объявлен умершим, а родственники могли получить свидетельство о смерти, что, в свою очередь, позволяло им претендовать на денежную компенсацию. Это представляло собой важный шаг на пути к преодолению прошлого и улучшению ситуации для тысяч вдов и сирот. Помимо финансовой защищенности, для большого числа женщин и детей это означало также и снятие значительной психической нагрузки. В большинстве своем почти вся семья, пребывающая в неизвестности относительно судьбы пропавшего родственника, нацелена на его возвращение. Люди направляют максимум энергии на расследование и поиск, фантазируя о местонахождении пропавшего. По возвращении пропавший должен убедиться, что ничего не изменилось – все осталось таким, каким было до его исчезновения. Это приводит к застыванию жизни семьи и минимальным возможностям дальнейшего развития.

Одна молодая мать двоих детей, у которой исчез муж, прошла, благодаря неправительственной организации, обучение на секретаря и потом работала в этой организации полный рабочий день, обеспечивая всем необходимым себя и детей. Однако, к удивлению и возмущению сотрудников, она от этой работы отказалась, хотя видимой причины для этого не было. С точки зрения психодинамики этой женщины, все достаточно ясно. Для нее было невозможно занять позицию кормильца семьи, которая принадлежала ее пропавшему без вести мужу. Ценой больших усилий и лишений она оставляет это место для него свободным. Все остальное было бы в ее глазах предательством мужа.

Если исчезновение принимается в семье как нечто окончательное, то чаще всего это бывает связано с сильным чувством вины.

Чтобы полностью принять смерть близкого человека, важно увидеть его мертвое тело. Только если смерть принята на физическом уровне, становится возможным признать человека умершим и на социальном уровне, позволить себе скорбеть о нем и планировать свое будущее без него.

Хотя комиссии по расследованию насильственных исчезновений не могут обеспечить родным освидетельствование останков их близкого человека, они берут на себя функцию установления его смерти в социальном смысле. Родственникам не нужно делать это самим, поскольку соответствующие полномочия есть у комиссий как у государственных организаций. Благодаря этому с членов семьи снимается большая психологическая нагрузка. Одновременно становятся ясны и социальные роли членов семьи: супруги пропавших без вести становятся вдовами или вдовцами, а дети – сиротами.

К сожалению, комиссии по установлению истины были на Шри-Ланке лишь временным явлением. Они были закрыты по политическим причинам задолго до окончания расследований по большинству случаев.

Цунами 26 декабря 2004 г. стало причиной исчезновения людей во многих странах Азии и среди них на Шри-Ланке. Эти исчезновения происходили, разумеется при совершенно иных обстоятельствах, поскольку при природных катастрофах нет «преступника», который нес бы ответственность за исчезновения, и в таких случаях для государства существенно проще закрывать такие дела и выдавать свидетельства о смерти.

## 5. Эксгумации - потребность в достоверности

В 1996 г. Международной комиссией по пропавшим без вести лицам (ICMP) была разработана пилотная программа по опознанию эксгумированных тел. Археологи, антропологи и патологоанатомы совместными усилиями создали программу для идентификации умершего на основе тестов ДНК. Необходимо освободить жертв от анонимности. Для многих родственников это означает, наконец, прояснение судьбы пропавших без вести близких, в связи с чем становится возможным проведение соответствующих культурных и религиозных погребальных обрядов.

В своих публикациях об эксгумациях в Боснии Кристиан Шмидт-Хойер (Christian Schmidt-Häuer, 2002) вспоминает о греческой мифологии: судебный эксперт, возглавлявший процесс эксгумации, был для для родственников чем-то вроде Орфея эпохи генной инженерии, спускающимся в царство мертвых и получающим там ответы на вопросы о местопребывании их исчезнувших близких.

Часто эксгумации проводятся по окончании войны или диктатуры. Но они необходимы также и после крупных природных катастроф со значительным количеством жертв, когда трупы захораниваются поспешно, без всяких ритуалов и даже без опознания. Примером такой ситуации является цунами 2004 года.

Множество неопознанных жертв было захоронено в общих могилах. Это делалось во избежание эпидемий. Однако идея о том, что мертвые тела опасны для выживших – миф. В докладе Филипа Волла, представленном вскоре после цунами со ссылкой на сообщение Панамериканской организации здравоохранения говорится:

*«Широко распространено мнение, что только быстрое захоронение может предотвратить распространение такой болезни, как, например, холера. Но это миф... Холера не появляется спонтанно в теле человека, у которого ее не было изначально. И хотя опасные бактерии или вирусы могут переноситься крысами, мухами, блохами и т. д., на практике такой тенденции нет. После смерти температура тела резко падает, так что даже самые устойчивые бактерии и вирусы быстро погибают. Прошлый опыт показывает, что незахороненные тела не представляют особого риска для тех, кто не контактирует с ними. Тем же, кто убирает тела с места трагедии, конечно, необходима защитная одежда»*

Обычно эксгумация состоит из трех шагов.

Сначала проводится расследование обстоятельств смерти или исчезновения и поиск мест массового захоронения. Для этого используются опросы, при которых родственников просят описать особые приметы разыскиваемого лица.

Вторая фаза – это непосредственно раскопки человеческих останков и личных вещей, таких как одежда, украшения, документы и пр. Использование археологических методов обеспечивает сохранность всех пригодных следов. На все останки и предметы составляется документация.

В третьей фазе эксгумированные находки анализируются в лаборатории. Количество захороненных людей, их возраст, пол, рост, зубы и особые приметы сравниваются с полученными данными о лицах, пропавших без вести. На основании образцов крови родственников могут быть проведены ДНК-тесты (Kernjak, 2002).

Если родственники живут в стране, где проводится эксгумация, они стараются находиться поблизости от места раскопок.

*«Всегда присутствовал двоякий страх: с одной стороны, что сын может быть найден в могиле, а с другой стороны, что его там нет, и это означало новые поиски. Если выяснялось, что эксгумированный труп принадлежал чужому человеку, то после многонедельного ожидания семья вынуждена была сниматься с места и отправляться к местам других раскопок – их пропавший сын мог быть где угодно»*

Сегодня имеется лишь немного работ о психологическом сопровождении близких во время эксгумаций, но потребность в них велика. Существенным является то, что, наряду с индивидуальной поддержкой, необходим тренинг и консультирование всего сообщества пострадавших в целом.

В Гватемале пропали без вести около 28 000 человек (Agosin, 1993). В 1979–1984 гг. тысячи людей были убиты и засыпаны землей в общих могилах. В 1988 г. одно из таких захоронений было раскопано, тела – опознаны и, наконец, достойным образом захоронены. Обнаружение захоронений, опознание умерших и переидентификация пропавших без вести в погибших, а следовательно, возможность похоронить их в соответствии с погребальными обрядами – в этом заключается одна из главных задач организаций родственников пропавших без вести.

Комиссия по установлению исторической истины СЕН (Comisión para el Esclarecimiento Histórico, 1997) рекомендовала вести активную деятельность по эксгумированию, поскольку видела в этом

важный шаг к примирению.

*«Это акт справедливости, потому что является составляющей права на знание истины и способствует обнаружению местонахождения исчезнувших. Это акт возмещения, потому что возвышает жертву и потому что право на захоронение мертвых и на проведение соответствующих ритуалов – неотъемлемое право человека»*

Говоря о будущем своей родины – Гватемалы, психолог С. Наварро Гарсиа пишет о том, как важно помнить о смерти, придать ей конкретную форму и оплакать жертв, чтобы иметь возможность жить дальше. Она считает что эксгумации имеют большое значение не только для непосредственных родственников, но и для всего общества.

*«Эксгумации – это путь к правде, к обретению потерянной истории народа, это средство признания страдания, через которое прошла большая часть населения Гватемалы. Давая людям возможность открыто сказать „их убили!“, они разрешают конфликт между знанием об убийстве и невозможностью прямо заявить об этом знании»*

Психосоциальная поддержка особенно важна, так как в годы террора целенаправленно разрушалась и даже уничтожалась духовная система координат. Многие священники (представители любых религий) были обвинены или убиты и потеряли свои места как духовные вожди общин.

Психосоциальное сопровождение эксгумаций, как оно описано в работе Гарсиа (García, 2001), можно обобщить в шести пунктах:

1. Организация групп поддержки, которые продолжают существовать и после эксгумаций.
2. Возможность рассказать свою личную историю людям, которые способны выслушать.
3. Возвращение к жизни забытых ритуалов путем восстановления их в памяти и интегрирования в групповую работу.
4. Совместная деятельность многопрофильной команды (этнологи, социологи, педагоги, медики, психологи и психиатры), способной дать максимальное количество информации и объяснений.
5. Предварительный сбор сведений о социальных условиях в общине. Анализ и обсуждение возможного положительного воздействия на общину – возвращение достоинства, признание общей истории и пр., а также возможных отрицательных эффектов – оживление страхов, отчаяния и травматизации.
6. Необходимость заранее принять меры на случай, если пропавший без вести не найдется. Таким родственникам нужна особая поддержка со стороны команды экспертов и общины, чтобы справиться со вновь пробуждающимися страхами и чувством покинутости.

Когда тела эксгумированы и могут быть достойно похоронены, совершается значительный вклад в общее преодоление прошлого. Гарсиа пишет о своей родине и делает ударение на необходимости проработки общей для всех гватемальцев истории насилия:

*«Ничто не сможет ни полностью устранить последствия политического насилия, ни исцелить возникшую на протяжении 40-летней войны скорбь сотен тысяч гватемальцев. Но если в один прекрасный день все гватемальское общество будет готово признать совершенные преступления исходя из принципов истины и справедливости, разобраться с ними и предоставить компенсации, то национальное примирение станет не темой для выпретенных речей, а действительностью»*

Что означают эксгумация и достойные похороны убитой матери для молодой женщины, жившей в перуанских Андах, описывает Н. Рамирез Каstellо (2010). Пока мать считалась пропавшей без вести, она снова и снова снилась дочери. В этих снах мать все время жаловалась на то, что ей холодно, что она промокла от дождя. После эксгумации и подобающих похорон сны, к радости девушки, прекратились. – в психологическом переживании дочери мать больше не мерзла под дождем.

## 6. Символические и виртуальные мемориалы

Здесь мне хочется вернуться к стихийно возникшему ритуалу изготовления плакатов с фотографиями пропавших без вести после катастрофы 9/11 в Нью-Йорке. Уже через несколько часов пришли первые родственники с листовками, имевшими общую композицию: в центре – фотография пропавшего (на данный момент) человека, а над или под фотографией его имя, а также номер телефона родственников. Стены стали местами памяти, и люди могли приходить к ним, как на могилы. Если сначала эти плакаты задумывались как инструменты поиска, то очень скоро функция их изменилась: они стали местом скорби. Поскольку на то время было обнаружено лишь малое количество тел, постеры стали заменой человеческих останков.

Дерек Саммерфилд пишет о другой, но близкой функции фотографий. В Никарагуа он встретился с Хуаной, двухлетняя дочь которой была убита два года назад группой партизан. Она искала фотографию своей дочери, которая была случайно сделана туристами, проходившими через деревню незадолго до резни.

*«Разговаривая со мной в своей жалкой лачуге, она произнесла: „У меня ничего не осталось от нее... как я могу доказать, что она жила?“. Потом она рассказала, что незадолго до нападения какие-то проходящие мимо иностранные путешественники случайно сделали фото ее семьи. Где-то за границей, сказала она, есть доказательство того, что Лизет существовала. Ей было важно показать, что Лизет не была лишь ее выдумкой, галлюцинацией или призраком, что она действительно жила – пока не была убита»*

(Summerfield, 1998, с. 26).

Хотя Хуана точно знала о гибели своей дочери, фотография эта имела для нее огромное значение. Она вернула бы ей частичку прошлой реальности. Когда человек исчезает, то ощущение его нереальности может усиливаться, – имена и фотографии пропавших без вести помогают вспомнить о них, признать реальность произошедшего, даже если власти утверждают обратное.

Организации, объединяющие родственников, носят фотографии пропавших на своих демонстрациях и маршах, фотографии размещены на интернет-форумах организаций, занимающихся поиском пропавших без вести.

Аргентинские матери и бабушки придумали для себя общий символ: на своих демонстрациях по четвергам они носят белые шарфы, часто сшитые ими из старых пеленок или другого детского белья, с вышитыми на них именами пропавших детей. Эти шарфы считаются особым опознавательным знаком и одновременно являются в каком-то смысле частичкой пропавших.

Интересно, что подвергшиеся насильственному исчезновению женщины в Иране тоже создали похожий символ. М. Барадаран пишет о своем заключении по политическому обвинению с 1981 по 1990 г. Особенно плохо было в 1988–1989 гг., когда она и другие узницы вынуждены были постоянно жить в страхе, что их уведут на казнь:

*«Каждая из нас написала или вышила свое имя крупными буквами на карманах... Нам было невероятно важно, чтобы вещи отдали нашим семьям. Эта одежда, старая и поношенная, была всем нашим имуществом, которое могло напоминать о нашем заточении, о нашей жизни»*

Так, вышитые имена как для родственников, так и для исчезнувших стали символами жизни последних.

Уникальность вышивки в каждой местности лежит в основе проекта, посвященного памяти пропавших без вести в Перу. Единственная в своем роде вышивка на одежде делает уникальной и остатки материи, которые находят при эксгумации. Одна женщина рассказала, что при эксгумации узнала связанный и вышитый ею пуловер и по нему опознала своего мужа.

Именно рукоделие положено также в основу проекта родственников пропавших без вести в Перу под названием «Шарф надежды». Созданный в течение долгих часов работы иглой шарф представляет собой полотно длиной более километра и состоит из множества маленьких фрагментов, которые делают зримыми имена пропавших без вести и даты их исчезновения.

*«Шарф надежды – это некий эстетический язык, оказывающий сильное визуальное воздействие и привлекающий внимание, не неся при этом никакой угрозы. Как в лоскутном одеяле фрагменты ткани с написанными на них именами и фотографиями пропавших сшиты вместе, чтобы рассказать истории этих людей. Разноцветными стежками родственники придают форму их призрачному существованию, как, например, женщина, которая выбрала пряжу молочного цвета... потому что любимым десертом ее сына был молочный рисовый пудинг. Или женщина, чей фрагмент шарфа связан узором „незабудка“, потому что она „слышит“, как ее ребенок кричит, чтобы о нем помнили»*

Аргентинские матери хотели «воплотить» своих пропавших детей в вышивках, перуанские – использовали иголку и нитку, чтобы напомнить об уникальности своих исчезнувших близких, а иранские узницы хотели, чтобы об их судьбе стало известно за тюремными стенами – не только их семьям, но и в политических кругах. Так, в трех разных регионах мира женщины оказали сопротивление как собственному исчезновению, так и исчезновению своих близких.

С. Робинс описывает, насколько формы поминовения могут быть далеки от потребностей родственников. В Непале убитым и пропавшим без вести в конфликте между маоистами и тогдашним правительством были воздвигнуты так называемые «врата мучеников» с выгравированными на них именами погибших. Это, однако, совсем не соответствовало желанию близких:

*«На вопрос, есть ли там имена их пропавших родных, семьи отвечали, что не знают, потому что они неграмотные. Это показывает, что попытки увековечить память жертв полностью оторваны от семей тех, кому хотели оказать почести, демонстрируя формальное отношение к этой благородной деятельности»*

Родственники, не готовые оставить надежду, противятся и тому, чтобы их близких называли убитыми мучениками, так как это означает, что они, без сомнения, мертвы. На вопрос, какая форма памяти была бы для близких приемлемой, среди прочего назывались и компенсации в виде наделов земли или социальных услуг. Предоставление земельного участка было бы для многих лучшей формой справедливости: памятники могут быть разрушены, а земля, полученная в память о пропавших без вести, приносит бы семье пользу еще долгое время. Хорошей формой компенсации для многих родственников представляется также помощь в обучении братьев и сестер пропавших – по крайней мере, так у выживших членов семьи появится шанс на лучшую жизнь.

Женщины, чьи близкие пропали без вести в ходе операции «Анфаль» в курдских районах Ирака в 1988 г., в течение многих лет боролись за правильную, на их взгляд, форму поминовения. Они отвергли официальный памятник, в котором увидели себя изображенными неадекватно: в центр мемориала была помещена пастушка – абсолютно неприемлемый для женщин образ, с которым они не желали себя идентифицировать и восприняли как уничижительный.

Целью проекта «Форум памяти Анфаль» было создание такого мемориала, в котором нашла бы свое выражение скорбь женщин по их потерянным родственникам и в котором они могли бы увидеть образ себя и своей судьбы.

Первоначальная идея создать галерею с фотографиями пропавших без вести со временем трансформировалась в выставку фотографий самих женщин, держащих в руках предметы, напоминающие об их близких. Статуя в центре мемориала изображает стоящую женщину с мертвым ребенком на руках и с выжившим ребенком возле нее. Эта фигура символизирует традиционную роль матери, ее безмерное страдание из-за смерти детей, которых она даже не смогла похоронить, но наряду с этим в этой фигуре – сила и воля к жизни. На протяжении многих лет диктатуры женщины, которые жили в лагерях для беженцев, называли себя «сидящими», так как их жизнь застыла. Благодаря высокой, гордо стоящей статуе было переломлено представление о «сидящих» и подчеркнута сила и готовность женщин встретить будущее (Mlodoch, 2011).

Э. Варьер, которому после многих лет неизвестности удалось выяснить судьбу своего арестованного и исчезнувшего сына Раджана, получил за его убийство денежную компенсацию. На эти деньги он оборудовал палату в больнице и назвал ее «Мемориалом Раджана». В этом благотворительном акте он – даже через годы после смерти своего сына – как бы воплотил часть его жизни, поскольку Раджан был сожжен в неизвестном месте и могилы его нет, «Мемориал Раджана» в больнице стал для семьи и друзей местом, куда они могут прийти, чтобы вспомнить о нем (Varier, 2004).

Подобно семье Раджана, многие семьи в Южной Азии жертвуют средства на социальные проекты во имя пропавших близких – им хочется, чтобы у людей осталась о пропавших добрая память.

В Непале 68 % опрошенных в ходе одного исследования родственников проголосовали за такую форму памяти, которая была бы полезна людям на местном уровне. Было предложено построить специальные места для встреч – «чаутары», крытые площадки для отдыха с оборудованными родниками и поместить там фотографии и имена пропавших без вести.

*«Когда спросили, почему такие вещи важны, было два ответа. Первый: фиксировать имена пропавших – это простое подтверждение важности признания того, что люди исчезли. Второй, абсолютно естественный, ответ: необходимо быть уверенными в том, что пропавшие и их семьи не будут забыты»*

Существует множество проектов, призванных заменить отсутствующие могилы и представляющих собой реальные, осязаемые места памяти о пропавших без вести. Это могут быть как специально созданные мемориалы, так и обычные площади, здания или парки.



В Аргентине, например, организация «Memoria Abierta» поставила себе задачу собирать и сохранять фотографии, документы и рассказы об исчезнувших людях и положила таким образом начало созданию музея памяти о 30 000 пропавших без вести.

Удачные мемориалы способствуют установлению справедливости.

*«Увековечивание памяти может повышать эмоциональную устойчивость и улучшать душевное самочувствие: эта психологическая интервенция играет роль переходного момента к справедливости»*

Много лет в Интернете существовало виртуальное кладбище для пропавших без вести. Если уж у человека нет могилы на земле, то, по крайней мере, такое место было в сети ([www.disappearance.com](http://www.disappearance.com)). К сожалению, неизвестно, почему этот интернет-ресурс теперь недоступен. Этот пример показывает, однако, какие новые возможности для сохранения памяти о пропавших без вести можно использовать, невзирая на географические и государственные границы.

## 7. Требование справедливости

Национальная и международная юстиция должны судить и наказывать за насильственные исчезновения в соответствии с законами. Родственникам пропавших без вести необходимо предоставлять подтверждение, что случившееся с их отцом, матерью, супругом, сыном или дочерью было несправедливо и незаконно.

Это требование – само собой разумеющееся для демократии – очень часто трудно удовлетворить, хотя оно чрезвычайно важно как непосредственно для родственников пропавших, так и для всего общества.

*«Когда находящиеся у власти отказываются признаться в злодеяниях, совершенных от их имени, получается, что они настаивают на том, что исчезнувшие либо вообще не существовали, либо были не жертвами, а виновными... Для оценки истинной сущности насилия и исцеления ран важно связать эти потерянные жизни с кровавым конфликтом и мотивацией его главных участников. Мертвые исчезли, но могут быть „возвращены“ в той мере, в которой их имена вновь обретут место на общественной сцене, а их судьбы станут частью современной истории, в которой они что-то значили»*

Подключение межгосударственных организаций, таких как Международный суд в Гааге или соответствующих национальных учреждений вроде народных судов «гачача» в Руанде – это попытки достижения справедливости.

На Шри-Ланке во главе движения матерей, требовавших расследования исчезновения их мужей и детей, стала д-р Манорани Саваранумутту. Ее единственный сын, в то время популярный на Шри-Ланке актер Ричард де Суза, пропал во время политических волнений 1989 г. – его арестовали на глазах у матери в их доме в Коломбо. Через несколько дней его труп был найден на пляже. Д-р Сараванумутту не стала мириться со смертью сына. Несмотря на попытки ее запугать, она открыто назвала тех, кто забрал его. Она стала примером для потерявших своих детей и мужей шри-ланкийских матерей, большинство из которых так никогда и не увидели тел своих пропавших близких. В наших разговорах в 1994 г. в Вене и в 1996 г. в Коломбо д-р Сараванумутту рассказала мне то, что не раз повторяла публично: как бы она ни страдала от потери сына, убитого при ужасных обстоятельствах, она все же одна из самых счастливых: по крайней мере, она не осталась в неизвестности бесследного исчезновения.

## **8. Признание непримиримости**

Там, где потери происходят при столь страшных обстоятельствах, необходимо уважать чувства потерпевших. Иначе требование примирения, предъявляемое теми, кто не пострадал, может легко превратиться в цинизм, отрицающий реальность страдания и боли.

Рут Ключер, которая подростком пережила Освенцим и у которой бесследно пропали отец и брат, пишет:

*«Я принимаю себя только в своей непримиримости, за нее я держусь крепко... Не могу забыть. Прощение – отвратительно»*

Как и Жан Амери, Ключер настаивает на том, что непримиримость стала после Холокоста частью ее личности. Благодаря этому она способна продолжать жить – таково и название ее книги – «Жить дальше».

В психотерапевтической и психосоциальной работе с родственниками пропавших без вести крайне важно уважать их чувства и мысли. Желание, чтобы пациент примирился с ситуацией или даже смог простить виновных, – понятно. В конечном счете это было бы важным шагом к освобождению жертвы от травматического события. Однако в большинстве случаев борьба за справедливость или, как пишет про свой случай Рут Ключер, даже открытая непримиримость в людях остается.

## **9. Чувство согласованности и устойчивости**

Формы преодоления и продолжения жизни различны в зависимости от культуры народа и индивидуальных особенностей человека. Описываемые в данной главе формы представляют собой разный опыт борьбы за дальнейшую жизнь «с» исчезновением близких и «вопреки» ему. Они были разработаны в творческих индивидуальных и групповых акциях, национальными общественными или государственными организациями или же международными учреждениями.

Приведенные здесь известные мне стратегии совладания с ситуацией исчезновения близких – лишь часть существующих. Все они являются реакциями на экстремально травматические ситуации. Описанные процессы преодоления лишь в немногих случаях завершены, большинство же – продолжаются и развиваются.

То, что люди вообще способны творчески и продуктивно реагировать на ситуации исчезновения близких родственников, может быть понято в связи с чувством согласованности, описанным в начале данной главы. Благодаря различным путям активного поиска, обмену информацией с другими пострадавшими, борьбе за справедливость и многообразным формам увековечивания памяти, исчезновение близкого человека можно научиться рассматривать в более широком – историческом и общественно-политическом – контексте, а посредством этого – справиться с травматическим переживанием.

## **1. Социальные, культурные и политические условия травматерапии**

Травматерапия непременно соприкасается с политикой. Вставая на сторону потерпевшего и признавая причиненное ему травмировавшим событием страдание, психотерапевт делает тем самым политическое заявление: да, травмирующее событие имело место или все еще продолжается.

Если речь идет о природной катастрофе, то признать людей жертвами и оказать им поддержку намного проще. Если же травмы причинены другими людьми, то всегда есть виновные, отрицающие, скрывающие и умаляющие случившееся. Если преступник или преступная группа очень влиятельны, то любая попытка оказать жертве помощь (пусть даже только психотерапевтическую) может стать опасной.

Там, где люди становятся жертвами насильственных исчезновений, всегда есть кто-то, кто за эти исчезновения ответственен и у кого нет ни малейшей заинтересованности ни в их расследовании, ни в помощи близким пропавших.

Родственники и сами часто являются жертвами, пережившими войну, издевательства, пытки и изгнание. Многие, будучи беженцами или так называемыми внутренне перемещенными лицами, отрезаны от родины. Поэтому в психотерапии всегда должен учитываться политический контекст, в котором произошла травматизация, а также текущая политическая ситуация, в которой проходит психотерапевтический сеанс.

В психологических оценках и различных медицинских заключениях принято обязательно давать определение психическому страданию человека и причинам его душевных мук. В регионах военных конфликтов или при работе с политическими беженцами это представляется мне странным. Так ли уж нужен специалист с высшим образованием, чтобы дать заключение, которое кратко можно сформулировать так: «После убийств и насильственных исчезновений многих членов семьи, издевательств и изгнания очередная потеря жилья, пропитания и медицинского обеспечения была бы неблагоприятна для психического здоровья данного лица». Я спрашиваю себя, не достаточно ли просто немного эмпатии и здравого смысла, чтобы прийти к такому заключению (Preitler, 2004a).

В дополнение ко всему, знание особенностей культуры помогает понять, как были нанесены травмы, к каким еще формам страдания они могут привести и как можно с ними справиться индивидуально или в группе. Особенно внимательным необходимо быть тогда, когда психотерапевт и клиент принадлежат к разным культурам и различным социальным слоям – выражение боли и страдания могут существенно отличаться и становиться причиной взаимного непонимания.

## 2. Надежные психотерапевтические отношения

Самый важный инструмент в психотерапии или консультировании травмированных клиентов – построение надежных отношений. При этом существенно, чтобы клиент «протестировал» психотерапевта или консультанта, сможет ли тот выдержать ситуацию, в состоянии ли стать свидетелем перенесенного клиентом страдания. Тяжело травмированные люди часто полагают, что случившееся с ними настолько ужасно, что никто другой не способен даже выслушать их. И действительно, очень тяжело открыться навстречу страданию человека. Но именно это и предполагает хорошая травматерапия или консультация по психотравме.

Как построить надежные отношения, мы узнали от одной молодой женщины, работавшей консультантом после цунами на севере Шри-Ланки. На семинаре по психотравме она произвела большое впечатление своим рассказом о том, как ей удалось преодолеть пропасть между собой и клиенткой и таким образом создать основу для надежных и длительных отношений:

*«Она рассказала о том, как трудно было работать с одной вдовой, потерявшей во время цунами мужа и одного из троих детей. Дом ее был разрушен, и она находилась в тяжелых условиях лагеря для беженцев. Люди в лагере увидели в ней человека, нуждающегося в помощи специалиста, но когда консультант познакомилась с ней, вдова отказалась от разговора... Потом она решила продемонстрировать, как плохо кормят беженцев и предложила консультанту разделить с ней трапезу. Это был старый, гнилой рис. Однако консультант приняла приглашение, хотя до этого никогда не прикасалась к испорченной еде вроде той, которую ей на этот раз предложили. Совместная трапеза положила начало отношениям – поев немного риса вместе с женщиной-беженкой, консультант построила основу для столь необходимых целительных отношений.*

*Обученная психоанализу, я была потрясена этой историей: отведав еды вместе с беженкой, консультант показала свою готовность встать на сторону этой женщины, которая так много страдала и теперь вынуждена продолжать свою вдовью жизнь в лагере.*

*Рис считается у местных „чистой“ пищей, и его готовят и употребляют по особым правилам. Только свежеприготовленный рис предлагается гостям. Здесь же беженцам демонстрировали их низкий социальный статус – в том числе и тем, что кормили низкокачественным испорченным рисом, таким образом нанося ущерб их достоинству.*

*Поэтому что более всего помогло в развитии отношений между двумя женщинами – так это жест консультанта, заключавшийся в том, что она поделила с несчастной ее скверный ужин, показав, что понимает, что значит быть жертвой цунами и беженкой.*

*Мы были тронуты этим эпизодом, ставшим замечательным символом духа психологической помощи жертвам травмы. Думаю, мы всегда должны делить с пострадавшими хотя бы толику „испорченного риса“, чтобы в должной мере осознавать прошлое и настоящее положение наших травмированных клиентов»*

Для того чтобы установились надежные психотерапевтические отношения, мы, психотерапевты и консультанты, должны быть готовы дать себя испытать. Наши сила и эмпатия подвергаются сомнению и проверке.

### 3. Взаимодействие медицины и психотерапии

В психологической и психотерапевтической работе с жертвами нарушений прав человека абсолютно необходимо тесное сотрудничество с врачами. Перед началом психотерапии всем пациентам целесообразно пройти полное медицинское обследование и, при необходимости, получить план лечения. Соматическая симптоматика почти всегда играет существенную роль в желании человека получить психотерапевтическую помощь. Поэтому важно выяснить, нет ли у испытываемой боли, помимо психической, еще и соматической причины.

Один из моих пациентов жаловался на сильные боли в спине. Из его биографии явствовало, что на протяжении длительного времени спина подвергалась значительным нагрузкам. Однако при внимательном медицинском обследовании не было выявлено никаких физических причин этих болей, лечение также не принесло облегчения. В ходе психотерапии мы смогли наконец выяснить, что ему приходится нести всю тяжесть пережитого, которое давит на плечи и «сгибает спину». Постепенно он начал указывать на каждую из этих «нош», всматриваться в них, хотя каждый раз это было связано с новым приступом боли и горя.

И тем не менее очень важно проводить обследования – не требуют ли соматические боли, пусть и вызванные психологическими причинами, медицинского лечения. Напомню уже упомянутый, очень наглядный случай, который произошел с одной молодой клиенткой, которую мне представили на супервизии в Шри-Ланке:

Тринадцатилетняя К. была направлена лечебным учреждением на психологическую консультацию, поскольку у ее заболевания не было никаких физических причин. После смерти отца она не могла ходить и вновь и вновь падала в обморок. Консультант, к которому она попала, не знал, как ей помочь. Я спрашиваю девочку о смерти отца. Оказалось, что он ехал на велосипеде, когда с ним случился инфаркт. Представление дочери о том, как ноги отца вдруг перестают справляться с педалями и тормозом велосипеда, как он падает замертво или без сознания, делают нынешнюю симптоматику девочки вполне объяснимой.

На следующих сеансах речь идет о скорби по отцу и желании не терять с ним связи. Хочется надеяться, что в скорби о потерянном отце – а через это и в проработке существовавшего когда-то конфликта в отношениях отца и дочери – заключается постепенное решение проблемы К. и возможность расстаться с болезненными соматическими симптомами.

Если К. будет продолжать держаться за симптоматику, то, чтобы вернуть свои физические функции, она не сможет обойтись без медицинской помощи.

#### **4. Психотерапия и консультирование при помощи переводчика**

Чтобы получить возможность установить контакт при работе с травмированными людьми, консультанты часто привлекают переводчиков. Это означает значительное изменение привычного психотерапевтического сеттинга – отношения между клиентом и терапевтом расширяются за счет третьего человека (Van der Veer, 1992; Vesti, 1992).

Вследствие этого могут возникать языковые проблемы, состоящие в сокращении или изменении переводчиком того, что сказал терапевт или пациент, а это может сказываться на отношениях между всеми тремя участниками сеанса.

Однажды после третьего сеанса клиент просит меня о разговоре с глазу на глаз, без переводчика. Он называет имя переводчика и спрашивает, не фашист ли он. Я отвечаю отрицательно, но тем не менее предлагаю перейти к работе с другим переводчиком. Некоторое время клиент размышляет, но затем говорит, что все-таки доверяет мне, а через меня и переводчику. На следующих сеансах клиенту постепенно удается раскрыться и заговорить о своем аресте из-за политических убеждений и о своем бегстве.

В начале терапии с участием переводчика необходимо четко определить все три роли. Если клиент или психотерапевт говорят от первого лица, то так это и следует переводить. Должно переводиться все, что говорит клиент в рамках сеанса. У переводчика должна быть четко определенная роль, иначе функции переводчика и психотерапевта могут перепутаться.

Основные правила при выборе переводчика состоят в следующем.

Недопустимо, чтобы переводчик и клиент находились в родственных отношениях или были знакомыми. В целях беспристрастности в течение всей психотерапии контакт между переводчиком и клиентом должен ограничиваться исключительно психотерапевтическими сеансами. Благодаря этому, рассказывая о пережитом, клиент не скован присутствием знакомого человека. В то же время переводчик, часто также являющийся беженцем из той же самой страны, защищен от глубокого погружения в историю клиента.

Невзирая на проблемы, возникающие при работе с переводчиком, положительные стороны такого сеттинга преобладают (Vesti, 1992; Preitler, 1998/99). Часто – это вообще единственная форма коммуникации, позволяющая установить отношения между клиентом и психотерапевтом. Специальные знания переводчика о стране и культуре могут также обогатить психотерапию.



## **5. Последовательная травматизация**

Одно из самых продолжительных по времени исследований последствий травматических событий было проведено Хансом Кайльсоном. В своем труде «Последовательная травматизация у детей» (Keilson, 1979) он доказал, что для психических последствий, в том числе и для поздних, существенное значение имеет как пре-травматическая стадия, так и момент непосредственно после травматизации. Мы не можем сделать так, чтобы исключить случившееся из жизни людей, но, что касается посттравматической фазы, мы можем не только повлиять на ее переживание человеком, но и во многом сформировать ее.

Это серьезная задача для тех, кто оказывает помощь после тяжелых травмирующих событий. Если терапевту удастся достигнуть того, чтобы жертва жестокого насилия вновь почувствовала себя в безопасности, то появится шанс, что она сможет справиться с ситуацией и ее дальнейшая жизнь обойдется без хронического посттравматического расстройства.

## **6.1. Цель психотерапии**

Исцеление в полном смысле слова после тяжелых психических травм в большинстве случаев невозможно. Невозможно повернуть события вспять. Погибшие члены семьи и друзья потеряны безвозвратно, пропавшие без вести не будут найдены никогда, телесные увечья и шрамы останутся навсегда. Нарушение прав и унижение достоинства человека занимают громадное место в истории его жизни.

Цель же психологического и психотерапевтического вмешательства может заключаться в том, чтобы установить для пережитого временные рамки: пытки и страдания не должны больше появляться в кошмарных снах и в постоянно возвращающихся воспоминаниях. По утраченному и прежде всего по потерянным людям можно скорбеть, жизнь же – вопреки всему – может продолжаться.

## 6.2. Начало психотерапии

Кабинет, в котором проходят сеансы психотерапии, – это часто то помещение, в котором впервые для пострадавшего кто-то – в данном случае психотерапевт – уделяет время исключительно ему. В этом защищенном пространстве после недель, месяцев, а порой и лет крайнего стресса, вызванного террором, войной и необходимостью бегства, человек впервые может обрести немного покоя. Это – место, где позволено проявиться хоть какой-то регрессии. Накопившиеся слезы и долго подавлявшийся гнев на систему, вынудившую человека страдать, наконец находят себе выход.

Проверке подвергается и собственное восприятие. Произошедшее вспоминается как нечто настолько ужасное, что некоторые, пережившие его, впоследствии сомневаются в его реальности. Благодаря заверению в том, что на сеансе они могут свободно рассказывать обо всем, что случилось с ними и с их близкими, а также в том, что им верят, потерпевшим, может быть, удастся снова поверить в собственные воспоминания.

Пока сохраняется угроза дальнейшей травматизации, психологическое вмешательство осуществляется лишь внутри рамок этой продолжающейся оставаться опасной ситуации. Посмотреть же на травмировавшее событие со стороны, приступить к проработке и постараться преодолеть его для многих клиентов возможно лишь тогда, когда они начинают ощущать физическую и социальную защищенность и благодаря этому становятся способны мобилизовать достаточно своей энергии на то, чтобы справиться с травмой.

### **6.3. Консультирование в процессе скорби**

Травматизированные люди почти всегда находятся в состоянии скорби по погибшим, пропавшим без вести и всегда – по потере защищенности, физической неприкосновенности, домашнего очага. Редко когда есть возможность проститься и соблюсти ритуал, который мог бы облегчить расставание.

Чтобы компенсировать это, в процессе психотерапии мы на протяжении долгого времени обсуждаем траурные ритуалы, принятые на родине пациента, и то, как бы это могло выглядеть в обсуждаемой ситуации. Клиенты сочиняют некрологи и эпитафии.

Зачастую клиенту трудно даются воспоминания о близком человеке, так как доминирующим становится воспоминание о том, как он погиб. Если же удастся вспомнить время, предшествующее травмировавшим событиям, то часть работы со скорбью можно считать удавшейся. Особенно тяжелы для клиентов, с одной стороны, воспоминания о том, как они вынуждены были стать свидетелями убийства близких, и, с другой стороны – пребывание в неизвестности относительно судьбы пропавших людей.

В психотерапевтической работе предпринимается осторожная попытка напомнить о времени до момента травмы, чтобы таким образом противопоставить что-то ужасу убийства или насильственного исчезновения. В момент, когда, например, мать вспоминается не только в час ее смерти, но и в то время, когда она была жизнерадостной женщиной, заботящейся о своих детях, совершается важный шаг в работе со скорбью. Воспоминания постепенно обретают положительные коннотации, скорбь об утрате, застывшая вследствие крайней жестокости насилия, вновь становится возможной. Консультирование людей, скорбящих о пропавших без вести членах семьи и друзьях, представляет собой особую задачу. Об этом мы говорили в предыдущих главах и еще более подробно поговорим ниже.

#### **6.4. Проработка травматизации, возникшей вследствие нарушений прав человека**

Такие массовые нарушения прав человека, как пытки, являются настолько вопиющими явлениями, что все бытовые попытки преодоления травмы здесь абсолютно бессильны.

Жан Амери в своих размышлениях о пытках, через которые он прошел сам во времена нацистского режима, пишет:

*«Позор не может быть смыт с тех, кто уничтожал... Они не давали заглянуть в мир, где царит надежда, и тот, кого мучили, оставался беззащитным узником страха»*

Психотерапевтическая работа начинается с «вопреки». Речь идет о том, чтобы постепенно справиться со страхом и покрыть позором тех, кто заставил людей бояться, тех, кто, разрушая все вокруг, возомнил себя властителем над жизнью и смертью.

Безопасное помещение, где проходит психотерапия или консультация, как уже говорилось, часто становится первым местом, где после травмировавшего события пострадавший впервые обретает немного покоя и куда нет доступа страху. С этой позиции можно начать завоевывать путь к свободному от страха настоящему. Психотерапевтические отношения – это модель того, как раненые другими людьми пациенты могут вновь обрести веру. Построение этих отношений может продолжаться месяцами и потребовать нестандартных путей.

Одним из шагов на этом пути является предоставление клиенту возможности задавать вопросы психотерапевту или консультанту (а если присутствует переводчик, то и ему) на первом же сеансе психотерапии. Этим предложением редко кто пользуется, и если пользуется, то речь заходит прежде всего о политических воззрениях. Но мне этот шаг представляется очень важным, чтобы обеспечить нашим клиентам как можно большую защищенность. Еще один шаг – это свобода для клиента выбирать для себя место в пространстве и – в определенных рамках – изменять помещение. Один молодой человек, например, счел солнечный свет непереносимым и задернул шторы так, что мы сидели в полумраке. А одна женщина пожелала сидеть как можно ближе к двери, иначе она не испытывала доверия к психотерапевту. У другой клиентки были проблемы со спиной, и поэтому ей нужно было сидеть на табурете, который мы приносили из другой комнаты. Экстремальная травматизация означает абсолютную потерю контроля, поэтому в работе с травмой очень важно предоставить клиенту как можно больше самостоятельности и возможностей управлять ситуацией.

## **6.5. Окончание психотерапии**

Психологическая и психотерапевтическая работа заканчивается, когда пропавшие люди и прошлая жизнь оплаканы, отношения, которые можно было восстановить, восстановлены, а новые – выстроены, и стратегии жизни после травмы претворяются в жизнь на практике.

Жислен Буланже описывает это так:

*«Моя цель в том, чтобы заставить пациента жить своей жизнью, несмотря на травму, а не жить этой травмой»*

Поскольку опасность рецидива травматизации всегда существует, при прощании клиентам предлагается сохранение с ними контакта, поддержка в случае кризиса или, при необходимости, повторная краткосрочная психотерапия.

## 7. Перенос и контрперенос

Причина, по которой люди после экстремальной травматизации ищут помощи, часто состоит в желании скорейшего «обезболивания». Со страданием должно быть покончено, его следует забыть. Это касается и родственников пропавших без вести, которые хотят совладать с потерей, а вместе с ней и со своим горем. Невозможность этого создает постоянную травматизацию и лишает клиента надежды. Таким образом, желание найти решение проблемы заставляет обратиться к психотерапии или медицинскому лечению. Пациенту хочется получить такую обезболивающую пилюлю, действие которой продолжалось бы до возвращения пропавших без вести, а потом возобновилась бы совместная жизнь, прерванная насильственным исчезновением. Нужно сделать так, будто страшного события никогда не было – это понятное, но неисполнимое желание всегда владеет человеком в начале психотерапии.

Давид Беккер описывает свой опыт работы с сильно травмированными людьми и их ожидания от психотерапии: когда все они хотят вернуться в счастливое прошлое, забыв произошедшее с ними:

*«У всех экстремально травмированных только одно желание: забыть все ужасные события и снова стать здоровыми и невредимыми»*

Разрешить противоречие между желанием как можно быстрее все забыть и необходимостью принять и преодолеть перенесенную травму – задача психотерапевта. Но при этом психотерапия снова и снова наталкивается на границы своих возможностей.

Как справедливо замечает Беккер:

*«Процесс психологического восстановления часто недооценивается и понимается как буквальное возвращение в первоначальное состояние без следов перелома. Только если разрушения признаются и их масштаб оценивается верно, становится понятно, что восстановление – это нечто большее, нежели просто выздоровление»*

Именно в ситуации беспомощности и осложненной из-за неизвестности скорби по потерянным близким необходимо внимательно следить за реакциями переноса у клиентов и контрпереноса у психотерапевтов. Натан Дурст указывает на то, что мы часто задаем себе вопросы о возможностях клиентов, не оценивая при этом своих собственных возможностей как психотерапевтов.

*«Слишком часто психотерапевты задаются вопросом, достаточно ли у выжившего человека внутренней силы, чтобы предпринять это тяжелое путешествие в прошлое. Вместо этого нам нужно спросить самих себя, достаточно ли мы сильны как психотерапевты, чтобы вынести наше собственное столкновение со смертью»*

Поводом для моего обращения к этой теме была моя форма контрпереноса в психотерапевтической работе с близкими пропавших без вести. Исчезновение человека приводит к беспомощности и положению полного неведения. Но и я – эксперт со специальным образованием, призванный помогать своим клиентам, – знаю не больше, чем они. Я разделяю это незнание с теми, кто приходит ко мне за помощью. Если, благодаря знанию теории и практическому опыту, я имею представление о целях и процессах работы с психотравмой, а также о консультировании процессов скорби по умершим, то в случаях исчезновения человека, я знаю не больше, чем пострадавший. Это ставит меня как психотерапевта в неприятную ситуацию растерянности – я не ощущаю под ногами твердой почвы знаний и опыта.

Иногда пропавшие близкие находятся. Значит, было бы серьезной психотерапевтической ошибкой специально стимулировать процесс скорби по ним. Но и бесконечное ожидание возвращения пропавшего так же изнурительно и препятствует любому развитию. Новые направления в травматерапии настойчиво указывают на важность воспоминаний. Предпринимаются попытки при помощи неврологических концепций изменить воспоминания о травматическом событии и сделать его менее эмоциональным, а значит, менее болезненным.

Но все попытки разработать четкие формы и техники психотерапевтической работы с травмированными, которые включают конкретные указания, какие шаги на каком сеансе нужно делать, – малорезультативны и говорят больше о защитной реакции исследователя или психотерапевта на такие пугающие проблемы, как травма, смерть, насильственное исчезновение людей.

Жорж Деврё полагает, что страх, который фигурирует в науке о поведении, может приводить к субъективным искажениям, оказывающим влияние на результаты психологической работы, а это, в свою очередь, склоняет нас к тому, чтобы:

*«...внедрять все больше фильтров – тестов, интервью, технических достижений и прочих эвристических ухищрений – между собой и нашими объектами»*

Психотерапевтическая работа с тяжело травмированными, пережившими большие потери, может продолжаться очень долго и потребовать много терпения, чтобы пережить вместе с клиентами фазы оцепенения.

Уход в интеллектуализацию представляется одной из самых частых форм самозащиты лица, проводящего лечение травмированных. К. Оттомайер и К. Пельтцер высмеивают такую манеру:

*«В интеллектуализации есть своя привлекательность. Особенно любят составлять таблицы с горизонтальными рядами и вертикальными колонками и заносить туда данные о персональной динамике. Такие псевдообъективистские схемы хорошо показывать через проектор на профессиональных конференциях. Другой объективистской формой защиты является излишнее усердие в постановке диагноза»*

Еще один вариант защиты от травматического события – отрицание страдания пациента. Чрезвычайно долгое время потребовалось, чтобы для травматического расстройства была признана самостоятельная симптоматика. В то же время этот диагноз позволяет игнорировать его общественную и политическую составляющие – достаточно видеть лишь отдельного страдающего человека, которого следует излечить от его личного недуга (посттравматического стрессового расстройства).

*«Еще одной возможностью избежать ужаса является искаженное восприятие динамики травмы»*

В. Бутолло и его коллеги указывают на другую опасность – ошибочное преждевременное принуждение клиента к рассказу о травматическом событии – не потому, что это нужно клиенту, а потому, что это необходимо психотерапевту:

*«Иногда психотерапевта тянет ускорить „встречу“ клиента с прошлым гнетущим опытом, так как сам он опасается неэффективности своей работы. Беспомощность клиента становится для психотерапевта просто невыносимой, и он защищает себя, подгоняя клиента. Если же тот „не идет навстречу“, то, по крайней мере, становится ясно кто „виноват“ в неудаче, – клиент, но не терапевт»*

Внедряется большое количество техник, которые претендуют на быструю проработку травмы посредством целенаправленного форсирования экспозиции травмы (напр.: Foa, 1998; Schauer, Neuner, Elbert, 2005). Однако потребность говорить о травматическом событии индивидуальна и, в зависимости от ситуации, совершенно различна. Попытки найти единую стратегию для выживших происходят, скорее всего, не из психологических возможностей пострадавшего, а из желания психотерапевта или консультанта иметь удобную методику защиты от собственной профессиональной беспомощности.

Насколько опасно это может быть для клиентов в связи с серьезной угрозой, которую такие действия представляют для психотерапевтических отношений, метко сформулировал Буланже:

*«Заставлять людей против воли вновь пережить их опыт – не на пользу психотерапии, это также никогда не подтолкнет их обратиться за психотерапевтическим лечением, даже когда они окажутся к этому готовы»*

Методы экспозиции травматической ситуации не обеспечивают ответа ни на вопрос об исчезновении человека, ни на главный, вытекающий из этого, вопрос о преодолении непрерывной ежедневной травматизации. Чаще всего перед терапевтом – конкретная, поддающаяся описанию травматическая ситуация, как, например, насильственное похищение близкого. Но за исчезновением следует время разлуки, ожидания, надежды и отчаяния, которое может длиться дни, недели, месяцы, а порой и всю жизнь. Власти не хотят знать никого с такой фамилией, все вопросы о пропавших остаются без ответа. Как будто такого человека никогда и не было, или он исчез с лица земли. С этого момента жизнь несет на себе отпечаток неизвестности, которую несомненно нужно признать тотально травмирующей – трудно выделить здесь какие-либо отдельные травмирующие события.

Между тем недавние или уже зарекомендовавшие себя методы могут быть ценной подмогой при преодолении отдельных травматических эпизодов. Но я не вижу никаких указаний на то, как эти методики могут помочь при длительной или застывшей скорби, характерной для большинства родственников пропавших без вести.

Потерям, которые претерпели все травмированные войной или пытками, уделяется слишком мало внимания. Одной из возможных причин этого может быть беспомощность психотерапевта. На вопросы, касающиеся скорби в случае смерти, какой бы травмирующей она ни была, можно найти ответы в научной литературе, положение же дел в случае пропавших без вести существенно более неопределенно. Весьма сложно построить теорию, которая поддержала бы нас в наших ориентированных на исцеление профессиях. Наши возможности ограничены. Психотерапевты,



наталкиваясь на определенные границы, становятся – подобно их же пациентам – беспомощными. Давид Беккер пишет о дилемме психотерапевта, работающего с экстремально травмированными людьми:

*«С одной стороны, чтобы решиться на терапевтический процесс с экстремально травмированными, терапевту нужна иллюзия собственного всемогущества; с другой стороны, чтобы психотерапия могла закончиться успехом, с самого начала необходимо смириться с тем, что терапевт далеко не всемогущ. Существует опасность, что в стремлении к мнимому успеху между фантазией о всемогущем психотерапевте и желанием достичь гармонии пациента возникнет нездоровый альянс, следствием чего может стать только крах лечения»*

При таком исходе чувство всемогущества психотерапевта может превратиться в свою противоположность. Экстремально травмированные уже пережили однажды беспомощность, и чаще всего это продолжается и дальше. Если судьба членов семьи или друзей по-прежнему остается неизвестной и есть опасность, что они до сих пор страдают от террора и пыток или уже убиты, ощущение беспомощности растет. Нет никакой возможности получить информацию о пропавшем, не говоря уже об установлении с ним контакта. В психотерапии эта концентрированная беспомощность может привести к массивному контрпереносу:

*«Психотерапевт эмпатически разделяет беспомощность пациента. Это может привести к недооценке терапевтом его собственных знаний и умений или к тому, что психотерапевт перестанет видеть силу и ресурсы пациента. Под влиянием контрпереноса беспомощности психотерапевт может также потерять веру в действенность психотерапевтических отношений. Опытный терапевт никогда не станет демонстрировать свою некомпетентность или беспомощность перед пациентом»*(Herman, 1992, с. 141).

Таким образом, психотерапия с экстремально травмированными означает столкновение со своими собственными беспомощностью, бессилием, ужасом перед пытками, смертью и насильственными исчезновениями (см. также гл. IX).

В заключение данной главы приведу цитату из статьи Натана Дурста, работающего с людьми, пережившими Холокост и живущими в Израиле. Все они понесли неисчислимые потери, но в большинстве случаев нет ни могил, ни даже сведений об обстоятельствах насильственного исчезновения и смерти любимых людей.

*«Наше оправдание нежелания работать с выжившими и сталкиваться с их болью и страданием состоит в том, что нам не хочется следовать за ними в их путешествии в прошлое, так как там может открыться ящик Пандоры. Но, по моему опыту, ящик Пандоры наполнен исключительно слезами, которые никогда не проливались в присутствии свидетеля, человека, столь важного для пострадавшего, – человека, с которым у него прочные личные отношения, дарующие близость и утешение. Мы знаем, что такие раны время не лечит и что печаль вернется как океанская волна. Скорбь – это эмоциональное выражение отношения к потерявшему человеку, и она остается с нами навечно. Вопрос, который мы как психотерапевты должны задать себе самим: можем ли мы разрешить пострадавшему прожить эту печаль вместе с нами или же оставим его с нею наедине? Ведь именно оставление в одиночестве составляет суть потери.»*

*Подводя итоги, необходимо сказать, что в психотерапии с выжившими и травмированными нам надо быть скромными в собственных ожиданиях. Изменить реальность мы не можем, но способны утолить боль»*

В психологических и психотерапевтических программах по поддержке людей, экстремально травмированных структурным насилием, войной и пытками, бесследное исчезновение близких фигурирует как проблема, постоянно возникающая снова и снова. В своем исследовании я исходила из предположения, что на первом собеседовании большинство клиентов причиной своего желания попасть на психотерапию назовут какие угодно проблемы: психологическую и физическую боль, проблемы повседневной жизни и т. д., но только не проблему пропавших родственников – об этом речь зайдет позже.

Чтобы проверить эту гипотезу, в июне 2012 г. я проанализировала протоколы первых собеседований нашего центра «Хемаят» (Nemayat) в Вене, сконцентрировавшись на том, что называли клиенты в качестве личных причин для прохождения психотерапии. «Хемаят» – организация, специализирующаяся на помощи тем, кто перенес пытки и травматизацию в ходе войны. Все клиенты в Австрии были беженцами из других стран (прежде всего – из Азии и Африки).

Я осознаю, что мой анализ строился на не слишком большой и случайно составленной выборке, но тем не менее в моем распоряжении оказалось 147 протоколов. Результат был для меня удивителен: уже на первом собеседовании в 57 случаях (38,7 %) запротоколировано упоминание об исчезновении родственников. Такие высказывания, как «потерял детей», «остался на родине» не учитывались. В 90 из проанализированных протоколов (61,3 %) прямых указаний на исчезновение близких не обнаружилось, что означает не отсутствие проблемы, а лишь то, что о ней не было сказано на первом собеседовании.

Мое удивление относится прежде всего к моему собственному восприятию и контрпереносу: хотя в своей работе я уже более десяти лет уделяю этой теме особое внимание, до этого момента от меня ускользало, что отчаяние от потери близких обозначается как приоритетное уже на ранней стадии психотерапии.

Клиенты, проходившие психотерапию непосредственно у меня, рассказывали о пропавших близких еще чаще. У 14 из 20 пациентов (70 %), которыми я занималась в конце 2012 г., имелись члены семьи, пропавшие без вести. Эти люди были из Афганистана, Чечни, Сомали, Ирака, Турции.

Пятеро из них потеряли связь с родственниками во время побега и не знали, как ее восстановить. Причины этого различны: недостаток образования и как следствие отсутствие доступа к письменным формам коммуникации, хаотичное бегство, во время которого люди оказались на разных дорогах, но также и страх перед плохими вестями: пребывать в неизвестности легче, чем получить весть о гибели близкого человека.

В четырех из двадцати случаев матери ничего не знали о местопребывании одного или нескольких детей. Во всех – очень разных – случаях неизвестность приводила к тяжелым формам диссоциации: потере памяти о ребенке, недовольству жизнью в Австрии, бесцельному шатанию по городу.

У пятерых клиентов без вести пропали брат, сестра, кузен или зять. Во всех случаях речь шла о терроре, и исчезновение человека сказалось на всей семье. В качестве причин исчезновения называлась вражда между кланами, политическая деятельность пропавшего без вести или просто подозрение в участии в такой деятельности.

В двух случаях исчезновение имело место более 10 лет назад, в других – ситуация недавняя. В трех случаях терапия началась, как только пришла весть об исчезновении родственника.

Этот краткий обзор моей собственной терапевтической практики, конечно, недостаточно репрезентативен, однако он все-таки демонстрирует, насколько тесно насильственные исчезновения связаны со структурным насилием, войной, пытками и бегством.

Полин Босс – одна из немногих авторов, которые работают над этой проблематикой. В своей книге «Модель неоднозначной потери» она описывает вездесущность насильственного исчезновения в жизни родственников.

*«Не имея доказательств смерти, члены семьи не знают закрыть ли дверь за пропавшим без вести или оставить ее открытой, чтобы он вернулся. Жизнь в семье замирает, пределы того, что можно себе позволить, размываются. Пропавший поглощает все внимание этих людей, и мало о чем еще они способны думать. В итоге они больше не справляются со своими обычными ролями и отношениями»*

В следующих разделах я ссылаюсь на свой многолетний опыт психотерапии с пережившими войны и пытки и прежде всего – с родственниками пропавших без вести, с которыми я не раз встретилась за время работы в качестве супервизора и тренера в Австрии и в Азии. Несмотря на различия в отдельных судьбах, в них прослеживаются сходство и аналогии.

## 1. Между поиском, отчаянием и обреченностью

Поначалу поиск пропавших без вести – главная проблема. Со временем она часто теряет остроту и уступает место обреченности. Однако появляются факторы, вновь активизирующие поиск.

Однажды г-жа Ф. приходит на сеанс очень подавленной, но сначала говорить о своем состоянии не может. Минут через десять она рассказывает об известиях, полученных накануне. На ее родине произошли массовые казни в тюрьмах, и теперь ее мучают мысли и кошмарные сны о казни ее мужа. Она ломает голову, как узнать хоть что-нибудь о его судьбе.

Иногда желание продолжать поиски приходится приносить в жертву потребностям других членов семьи:

Г-н С. принял исчезновение двоих из семерых своих детей как нечто, что невозможно изменить. Безуспешные расспросы о них привели к угрозам для всей остальной семьи и вынудили С. отказаться от поисков пропавших во благо живых. С женой и пятью младшими детьми он бежал из родной страны.

Невозможность активного поиска близких переживается клиентами тяжело и с чувством абсолютной беспомощности. Хотя к имеющимся возможностям поиска люди относятся по-разному. Так, многие не могут решиться даже подать заявку на поиск.

Существуют различные возможности поиска пропавших без вести близких. Пожалуй, самая известная из занимающихся этим служб – это Международный Красный Крест. Современные средства коммуникации открывают новые пути поиска людей через расстояния и границы. Можно пытаться найти близких напрямую через социальные сети, а можно обратиться за информацией к кому-либо непосредственно на месте. При этом можно заявить о себе в виртуальном пространстве, не выдавая своего географического местоположения. Это важно для многих, бежавших от преследования и политических репрессий. В некоторых случаях при поиске на международном уровне могут оказать помощь религиозные сообщества и политические группы.

Все эти возможности обсуждаются на консультациях и сеансах психотерапии. Удивляет, что часто столь желанная заявка на поиск остается незаполненной или неотправленной. Интернет-страница хоть и создается тем, кто ищет, но никогда больше не открывается, и остается неизвестным, попытался ли кто-нибудь установить через нее контакт.

Один из моих клиентов, молодой человек из азиатской страны, где идут военные действия, высказал мне свою точку зрения: «Если все они умерли, я не смогу жить. Я не вынесу такого известия». Избегание плохой новости препятствует, однако, и тому, чтобы получить хорошую новость о судьбе своих близких.

Г-н И. принял решение активно использовать все возможности поиска. Ему было важно снова установить контакт с матерью и братом. Множество его писем по адресу на родине остались без ответа. После того как его собственная психологическая ситуация стабилизировалась, поиск близких стал главным делом его жизни. Множество сеансов психотерапии было посвящено обсуждению еще не исследованных путей поиска. Речь шла о том, чтобы эти пути были реализуемы и безопасны для семьи. Он решает на заявку о поиске через Красный Крест, но хочет поискать и другие возможности.

Он долго взвешивает, можно ли с целью выйти на контакт с матерью использовать номер факса одного его друга. В конце концов, он решает на этот шаг. Через неделю он приходит, сияя от радости: в руках – факс с четырьмя строчками от руки – весточка от матери.

## 2. Тоска по пропавшим без вести - желание быть снова с ними

Желание снова оказаться вместе с пропавшими без вести, понимается, очень сильно. В состоянии бодрствования это желание как невыполнимое и причиняющее слишком сильную боль подавляется, но оно находит яркое выражение в снах клиентов.

«Кадры» из сна Н., молодой женщины из одной из Африканских стран, у которой нет никакой связи с семьей, демонстрируют это желание очень отчетливо:

Н. находится в темном лесу, ей очень страшно. На руках у нее младенец. Ее брат - рядом с ней, чему она очень рада. Но в то же время ей тревожно, т. к. брат во сне - глухонемой. Она задает ему множество вопросов, а он в ответ лишь улыбается.

У нее ощущение, что ее преследуют. За ними гонятся три солдата. Н. говорит им, чтобы они оставили брата в покое - раз он глухой, то не мог ничего слышать, а значит и ничего не знает. Один солдат все же угрожающе приближается. Н. проявляет невероятную силу, борется с солдатом и перерезает ему горло.

Еще во сне, но и после пробуждения, она потрясена тем, что в своем сне смогла убить солдата. Даже три дня спустя, пересказывая этот сон на психотерапии, она сбита с толку. Она напугана собственной жестокостью, и страдает от того, что ее брат оказался во сне глухонемым. Поскольку уже два года она ничего не знает о своей семье, то воспринимает сон буквально и очень боится, что ее брат на самом деле оглох.

В толковании сна я пытаюсь показать, что отчасти он правдив: она действительно не может поговорить с братом - ее слова не могут достичь его ушей (глухой), а она не может услышать его (немой). Понимается, это не означает, что он и на самом деле оглох и онемел. Сон говорит исключительно о невозможности для брата и сестры установить в настоящее время контакт друг с другом.

В этом сне выражена также и ее потребность в любой момент защитить младшего брата - если нужно, то и путем насилия. Н. саму много раз арестовывали и пытали; отца убили солдаты.

Ее агрессия против солдата, угрожавшего ей и ее брату, возвращает к реальным событиям, которые пережила Н. и ее семья.

Поначалу Н. не понимает, что означает младенец, которого во сне она держит на руках. В ходе нашего разговора она предположила, что это нечто вроде вновь открывающихся возможностей для дальнейшей жизни в Европе. Но для брата и остальной семьи она готова была от этого отказаться.

Г-жа Ц., тоже из Африки. Ее отец, по-видимому, убит военными, контакт с семьей утерян во время побега. Ц. увидела во сне свою мать.

Вот она снова в родном доме. Воскресенье - мать и дочь собираются в церковь. По дороге Ц. встречает подругу. Мать идет дальше одна. Ц. следует за ней вместе с подругой. Поскольку мать удаляется все дальше, Ц. начинает беспокоиться. Подруга показывает на другую дорогу, по которой можно сократить путь. Ц. видит мать перед собой, но не может ее догнать. Она видит мать молящейся, но ее пугает, с каким иступлением мать молится. Ц. хочет подойти к ней, но не может.

Н., оторванная от своих братьев и сестер, рассказала о сне, очень похожем по своей динамике на сон Ц.

Она идет по улице вдоль рва. Вдруг на другой стороне она видит своих братьев и сестер. Она отчаянно хочет к ним, кричит и зовет их. Они реагируют на ее зов, но не отвечают на ее вопросы. Они только улыбаются и жестами показывают, чтобы она перебралась к ним. Н. пытается найти переправу через ров, но тот расширяется и расширяется, а братья и сестры оказываются все дальше и дальше, пока вовсе не исчезают из глаз.

В обоих этих снах сначала исполняется желание - женщины воссоединяются с пропавшими без вести близкими. Но по дороге они все больше теряют с ними контакт. Со все большим трудом и возрастающим страхом они пытаются приблизиться к родственникам, но ничего не получается. Частица реальности проникает в сон и препятствует желаемой встрече.

Обе женщины очень взволнованно рассказывали о своих снах, и обе говорили о том, что, проснувшись, испытывали сильную тоску по своим семьям. Такие сны весьма показательны для родственников исчезнувших людей и выражают как страстное желание увидеть любимого человека, так и медленный и болезненный отрыв от него (Irminger, 2001).

Д. рассказала о своем сне, в котором она разговаривает с матерью. Когда через несколько дней она пришла на сеанс психотерапии, волосы у нее были уложены иначе, чем обычно.

Во сне Д. встретила свою мать, которая была к ней очень внимательна. По просьбе матери она рассказала ей обо всем, что случилось после их разлуки и как она себя чувствует сейчас. Перед этим мать спросила, почему дочь укладывает волосы иначе, чем прежде. Д. также спросила мать, как ей живется и что произошло за последние годы. Задав эти вопросы, она проснулась.

Сон опечалил Д. Ей хотелось бы услышать ответы матери, и она надеется увидеть ее во сне еще раз. Изменив прическу на ту, которую знала мать, она чувствует себя ближе к ней. Благодаря этому внешнему изменению Д. выглядит снова так, как это должно было сохраниться в памяти матери. В течение пяти недель она причесывалась именно так, затем вновь вернулась к своей обычной – новой – прическе. Таким образом, укладка стала переходным объектом, давшим Д. возможность на некоторое время почувствовать себя ближе к матери и лучше контролировать свой страх за ее судьбу.

Как психотерапевт европейской школы я предлагаю европейский способ толкования снов клиентов: страхи и надежды, находящие свое выражение во сне, абсолютно реальны – но облечены в форму сказочных историй и поэтому нуждаются в анализе и интерпретации. Разлука и страх за близких – подлинные, даже если в состоянии бодрствования они вытесняются. И если они находят свое символическое выражение во сне, мы можем попытаться разобраться в этом в ходе наших разговоров.

Если понимать эти символы как бессознательные чувства, то можно ослабить страхи клиента и рассматривать сны как шанс на дальнейшее саморазвитие.

### 3. Избегание

Одной из возможных реакций на исчезновение близких является избегание этой темы.

Тринадцатилетний Ц. не готов говорить об исчезновении своих отца и сестры. Как только я заговариваю на эту тему, он сопротивляется и скрывается за жалобами на недомогание: «У меня начинает болеть голова, когда ты меня об этом спрашиваешь».

Подобным же образом ведет себя и г-н В., который, будучи подростком, потерял всю свою семью в смутное время гражданской войны у себя на родине. Мы почти вплотную приблизились к произошедшему в его семье – он рассказал о смерти деда, а затем об убийстве тети и ее семьи. Но говорить об исчезновении родителей, братьев и сестер он не в состоянии – лишь пунктирно обозначил это на первом собеседовании. При этом он говорил так быстро, что никакие расспросы были невозможны. Но множество недугов, от которых он страдает, указывают на переживаемое им горе. У него панический страх перед огнем, и он боится, что обитатели дома, куда его поселили, могут устроить там пожар. Лишь по прошествии времени он сможет рассказать, что некоторые из его близких погибли при пожаре.

Даже в длительных психотерапевтических процессах зачастую невозможно облечь в слова глубокие раны от травматизации. Иногда требуется очень много времени, чтобы разговор об этих травмах стал возможен.

При этом необходимо соблюдать баланс между уважением к молчанию клиента и форсированием экспозиции травмы. Психотерапевт должен ответить себе на вопрос, чьи потребности важнее в этой ситуации: желание психотерапевта прояснить картину произошедшего или же необходимость для клиента вербально выразить свои травмы? Или, вообще, имеет место избегание психотерапевтом столкновения с травмировавшим событием, из-за чего клиент не находит на сеансах возможности выговориться?

В центре внимания всегда должны находиться индивидуальные потребности и возможности человека, ищущего помощи в психотерапии. Для некоторых словесное выражение страшных событий становится большой подмогой, другим это причиняет слишком сильную боль, которая снова овладевает ими и травмирует.

Так, в случае с г-ном В., единственным выжившим из всей семьи, следует принять то, что он так долго не мог говорить о своих травме и боли. Когда ему это все-таки удалось, он почувствовал большое облегчение. Физические симптомы и страх, который он проецировал на своих соседей, пошли на убыль.

Одной из трудно понимаемых терапевтами форм избегания является отрицание возможных инструментов поиска.

Молодая женщина Н. долго отказывалась от нашего предложения обратиться в Красный Крест за помощью в поисках ее пропавших близких. Эта, поначалу непонятная и даже странная реакция разъяснилась в ходе психотерапии. Оказалось, что в семье уже произошло одно насильственное исчезновение – пропала мать. А спустя год тревог и надежд пришло ошеломляющее известие о ее смерти. Во избежание подобной ужасной новости, отдается предпочтение неизвестности. Пока нет информации о противоположном, ее исчезнувшие родственники остаются для нее живыми.

Прямое высказывание опасения, что пропавший без вести, возможно, мертв, приравнивается к нарушению табу. Избегать этой темы, как показывает пример психотерапевта Б. Абдалла-Штайнкопф, стараются не только сами родственники: одна из ее афганских клиенток во время бегства с родины потеряла сына. Лодка, в которой нужно было преодолеть часть пути, перевернулась, и клиентка лишилась сознания. Когда она очнулась, сын, который был вместе с ней в лодке, пропал. Беспокойство о ребенке было основной темой психотерапии. Когда психотерапевт затронула тему возможной гибели, то натолкнулась на сопротивление со стороны переводчика.

*«Переводчик отказался это перевести. Он объяснил свой отказ тем, что предположение о смерти приравнивается к греху. Даже если бы все свидетельствовало о гибели сына, мать не должна была этого произносить»*

Такое поведение соответствует наличию психологических барьеров, которые были описаны Карлосом Мадариягой (Madariaga, 1992). Эти барьеры помогают поддерживать психическое здоровье клиента, но они же представляют собой стратегию избегания. В данном случае большая вероятность гибели просто блокируется. Человек хватается за малейшую надежду на то, что его близкий жив. Как процитировано выше, грех даже думать о том, что близкий погиб, не говоря уж о том, чтобы это произнести. Вследствие этого невозможность смерти закрепляется в менталитете человека надолго: поиски должны, как в случае со шри-ланкийскими вдовами солдат, числящихся пропавшими без вести, стать вечными (De Soysa, 2001; см. также гл II, раздел 5.3) – нельзя, чтобы их жизнь открывалась для новых возможностей и новых отношений.

На консультациях или в психотерапии мы должны быть на стороне этих людей, не оставлять их одних в неизвестности и отчаянии и искать, несмотря ни на что, пути к дальнейшей лучшей жизни.

Гнев Н. в описанном в разделе V.2. сне направлен против солдат страны, откуда она родом. Это были те, кто напал на нее лично, кто, как предполагается, убил ее отца и от кого она опасается угроз в адрес оставшихся на родине близких. Ее агрессия и желание мести, которые столь сильны в ее сне, абсолютно понятны. Однако не всегда можно найти столь четкую корреляцию между провокатором агрессии и ее мишенью, и потому порой агрессия направляется людьми прямо или косвенно против самих себя, причем самым мучительным образом.

В данном контексте мне особенно запомнился сон г-на А.

Он видит во сне диктатора, правящего его страной, в вину которому он ставит преследование своей семьи и пытки, которые перенес сам. Накопленная до этого времени агрессия находит во сне свое выражение в том, что он связывает диктатора, натягивает ему на голову мешок и бьет до тех пор, пока тот не начинает истекать кровью и перестает двигаться. В этот момент сна г-н А. ощущает в себе большую силу и облегчение – наконец он смог отомстить за пытки и смерть своей жены. Лицо диктатора закрыто мешком. Но когда г-н А. стягивает этот окровавленный мешок с безжизненного тела, то, к его ужасу, оказывается, что это вовсе не диктатор, а его собственная мать.

Этот сон кажется мне очень образным и очень точно соответствующим истории жизни и страданиям данного пациента. На тот момент, когда он увидел сон, прошло пять месяцев, как его мать пропала без вести, и он не думал, что она может быть жива. Представить ее живой означало представить, что она до сих пор страдает, а выбрать смерть слишком страшно. Он чувствовал себя виноватым в ее исчезновении. Возможно, матери удалось бы избежать такой участи, если бы после многих лет заключения и пыток он не бежал за границу. В этом сне отчетливо видны бессилие и гнев: проклятый диктатор должен умереть – такой же ужасной смертью, как многие из тех, чью смерть А. видел в тюрьме. Это желание справедливости и мести. Во сне оно может исполниться. Но затем проявляется его страх за семью и гложущее чувство вины по отношению к ней: маленькая победа (побег, а благодаря ему и выживание) над диктатором ему удалась, но она контрастирует с его неспособностью защитить свою семью. Во сне исполнение желания внезапно обращается против семьи А. и таким образом несет на себе печать вины и горя. Во сне есть еще один момент: там мать погибает от его руки. Самым худшим для него оказалось бы, если бы мать содержали в той же самой тюрьме, где с ним обращались столь бесчеловечно. Тогда уж лучше бы она погибла. Но разве может он в действительности желать смерти кому-нибудь из своих близких? Агрессия, которую А. испытывает по отношению к диктатору и своим мучителям бумерангом направляется против него самого.

Однако, возможно, вынести гнев и чувство вины легче, чем ощущение полного бессилия перед господством бесчеловечной диктатуры.

Рассказать об этом мучительном сне на сеансе психотерапии стало для г-на А. большим облегчением. Для этого были необходимы нейтральное пространство, профессиональный сеттинг и надежные психотерапевтические отношения. О таком сне он никогда бы не смог рассказать друзьям, не говоря уже о родственниках. Поэтому на консультации или сеансе психотерапии столь важно предоставить такие защищенные условия, в которых могут быть вербализованы чувства смятения, стыда и вины.

Благодаря обсуждению и совместному толкованию сна, г-н А. ощутил успокоение. Его собственные чувства стали ему понятны и больше его не пугают. Да, он имеет право быть агрессивным после всего, что с ним случилось. Да, это нормально так сильно тревожиться за жизнь пропавшей без вести матери. При психотерапевтическом сопровождении его не оставят одного с этими чувствами.

На следующем этапе мы смогли обсудить, как трансформировать энергию гнева во что-нибудь осмысленное и полезное. Он хотел помогать молодым людям – таким же, как он, изгнанникам – получать образование. Через несколько месяцев он стал членом одной организации беженцев, выступавшей за мирные политические реформы на его родине.



## 4.1. Аутоагрессия

Близкие пропавших без вести часто стремятся к смерти, дело доходит до попыток суицида или, по крайней мере, до нанесения себе травм. Напряжение от того, что ничего нельзя сделать, от полной неизвестности становится столь сильным, что физическая боль приносит облегчение.

Г-н А. много раз тушил горящую сигарету о свою руку. По его словам, в один из вечеров, если бы у него под рукой был нож, он бы эту руку себе отрезал.

У г-на Д. рука усеяна шрамами от порезов, которые он наносил себе сам. Стремление ранить себя становится особенно сильным, когда на его родине взрываются бомбы, и он не знает, живы ли члены его семьи.

О стремлении к суициду говорит большинство клиентов, у которых есть пропавшие без вести близкие. Может быть, по ту сторону смерти есть ответы на вопросы об исчезновении, а может быть, там можно воссоединиться со своими близкими. Таким образом, за суицидальными устремлениями стоит не столько намерение умереть, сколько желание вновь жить вместе с родными. В психотерапевтическом процессе к суицидальным мыслям относятся очень серьезно, они тщательно анализируются. Что стоит за ними?

Даже если в подобных обстоятельствах в большинстве случаев – это стремление клиента к жизни без боли и отчаяния, наш долг найти пути и хоть сколько-нибудь приблизиться к этому все же в этом мире, а не по другую его сторону.

Иногда, чтобы смягчить тяжесть сиюминутного отчаяния, требуется внешний контроль аутоагрессии. В конце сеанса заключается устный или даже письменный договор о том, что до следующего сеанса (обычно – через неделю) со стороны клиента не должно быть никаких агрессивных либо аутоагрессивных действий. Благодаря тому, что психотерапевт или консультант берет на себя этот контроль, подавленный, страдающий человек получает хоть какое-то облегчение. Четко ограниченные временные рамки – неделя – вполне обозримы и поддаются контролю. Конечно, на первом этапе важно постоянно возобновлять такие договоренности, пока у клиента не возобновится самоконтроль и способность самостоятельно принять решение о том, чтобы жить дальше.

## 4.2. Агрессия в отношении других

Работая после цунами в группах психосоциальной помощи в различных регионах Шри-Ланки, я постоянно обращала внимание на агрессию родителей по отношению к их выжившим здоровым детям. Это совпадает с психотерапевтическим опытом и после других экстремальных травмирующих ситуаций. Так, г-н С. был не в состоянии совладать со своей агрессией.

Я предложила ему срочное направление в психиатрическую больницу, поскольку на тот момент он не контролировал себя и был неспособен обуздать агрессию по отношению к своему сыну. Он рассказал, как прошлым вечером избил своего сына, хотя раньше никогда не поднимал руку на своих детей. Он был в ужасе от собственного поведения: он поднял руку на единственного оставшегося у него ребенка.

Г-н С. согласился на госпитализацию, поскольку нам удалось позаботиться о размещении его сына в семейном детском доме, где он был надежно защищен от любого насилия. Отцу это было важно – он чувствовал, что для сына человека, который не мог держать себя под контролем, так будет лучше.

Очень важно – даже важнее, чем при аутоагрессии – быстро найти формы контроля агрессии по отношению к детям и более слабым членам сообщества. Сама по себе агрессия в свете травматизации понятна и нормальна – и все равно необходимы правила, как с ней обращаться, чтобы выбраться из водоворота насилия. Контроль агрессии извне означает в данном случае договоренность об отсутствии насилия по крайней мере до следующего сеанса (см. выше). Существуют и другие безобидные способы дать выход агрессии.

1. Помочь вывести лишнюю энергию может физическая активность. В некоторых видах спорта определенная доля агрессии даже необходима (ведь одна команда всегда хочет того, чему сопротивляется другая). Идеальный внешний контроль агрессии осуществляет спортивный судья.

2. Может быть полезен громкий крик, хотя почти нет таких мест, где взрослому человеку было бы позволено кричать. Некоторые клиенты используют для крика места, где и так царит шум – водопады, железнодорожные мосты. Родители могут превратить это в игру со своими детьми.

3. Можно и бить – но только не живых существ. Можно наносить удары по подушкам или другим мягким предметам. Иногда хорошо завести для этого специальную подушку или мяч. Удобно использовать поролоновые мячи – их можно сильно ударять об пол или о стену, мять или рвать.

Можно, хотя это грубо и резко, но все же лучше, чем бить детей, – пустить в ход посуду, разбивая ее о стенку или об пол. На консультации или психотерапевтическом сеансе демонстрируются все возможности канализирования агрессии, а клиент может выбрать, что для него лучше. Если выбранная стратегия удачна, то ее сохраняют и в дальнейшем. Если же она не срабатывает, идет поиск новой, более подходящей формы контроля над агрессией. 4. Поскольку женщины из стран с определенной культурой в большинстве своем не занимаются никаким спортом, мы стараемся найти более близкие им выходы для агрессии. Почти во всех культурах известны виды простого теста, из которого делают хлеб или лепешки. Чтобы из этой смеси муки и воды что-то получилось, нужно ее с силой вымесить. Эти разминания и удары теста об стол мы используем для выхода накопившейся агрессии. Но нужно сказать, что такое тесто, заряженное самыми плохими эмоциями, лучше затем выбросить, чем пустить на хлеб для семьи.

Этот список форм снижения агрессии, конечно, можно продолжить и творчески дополнить. Важно, что клиенты понимают, что их агрессия является нормальной реакцией на пережитое. Но выражение агрессии должно находиться под контролем и не должно приводить к новому страданию.

## 5. Трудность установления новых отношений

Начало новых отношений для родственников пропавших без вести весьма затруднительно. С одной стороны, верность и преданность пропавшим должны оставаться неприкосновенными, а новые отношения могут им угрожать. С другой стороны, новые отношения заключают в себе опасность новой потери.

Пару месяцев назад у г-жи Ф. появился новый друг. Он пригласил ее вместе с дочерью к себе в гости. Теперь он готовит для них, забирает ее дочку из школы и делает с ней уроки, сопровождает г-жу Ф. в ее походах по инстанциям и дает ей советы по социальным вопросам. На его желание более интимных отношений она отвечает извинениями и отговорками. Когда он тем не менее делает ей предложение выйти за него замуж, она совершенно смущена и даже рассержена. Хотя Ф. и ведет с ним совместную жизнь, она не хочет это так называть. Ведь она верна своему пропавшему без вести мужу. Ее амбивалентность здесь очевидна: она продолжает идеализировать своего мужа и хочет сохранить с ним тесную связь. В то же время она рада дружбе и помощи своего нового друга. Пока эта дружба не получила более точного определения, она может сохранять баланс между верностью пропавшему мужу и партнерством с другом. Только когда это партнерство обретет новый статус (брак), сохранять этот амбивалентный баланс г-жа Ф. больше не сможет. Поэтому она обрывает контакты с этим мужчиной, что означает для нее как для работающей матери-одиночки сильный дополнительный стресс. Она чувствует себя одинокой и потерянной, хотя и повторяет на психотерапевтических сеансах, что не могла поступить иначе.

Когда через несколько недель ее друг перестает обижаться и возвращается, она снова с удовольствием принимает его дружбу. Оба ведут себя так, будто никакого предложения не было. На сеансах она старается обойти молчанием, что помирилась со своим другом, а когда это выясняется, то сводит все к пользе для дочери: «Он захотел повидаться с моей дочерью, и, в конце концов, ребенку нужен кто-то, кто помогает ему с уроками».

Ни у кого из моих клиентов, чьи спутники жизни пропали без вести, нет новых партнеров. Большинство из них живут одни, даже не допуская вопроса о возможности новых отношений. Все новые потенциальные партнеры сравниваются с идеализированным образом пропавшего супруга, а те, будучи живыми людьми из плоти и крови, конечно, не могут ему соответствовать.

Сложность при вступлении в новые отношения испытывают и те клиенты, у которых пропали без вести родители или братья и сестры. Кажется, что опыт внезапного исчезновения любимого человека потряс их так, что любые новые глубокие связи просто пугают. Только чтобы больше не испытать эту боль, близких отношений избегают с самого начала.

Такие прозрачные отношения, как те, что устанавливаются между клиентом и психотерапевтом, могут создать стабильный, безопасный каркас для установления новых прочных отношений и вновь научить верить в то, что люди обычно не исчезают просто так, а появляются в нужное время и в нужном месте. Регулярность интервалов между сеансами психотерапии является фактором, усиливающим чувство защищенности.

Каждую среду молодой г-н Б. приходит на сеанс психотерапии. Он садится на стул и ждет, когда психотерапевт заговорит. На большинство вопросов он отвечает лишь кратко. «Мне не хочется говорить», – повторяет он время от времени. На вопрос, не стоит ли нам закончить психотерапию или сделать интервалы между сеансами подлиннее, он реагирует с тревогой. Нет, он хочет приходить каждую неделю. Он каждый раз с нетерпением ждет среды, потому что он вновь увидит терапевта. «Мне тогда не так грустно», – говорит он.

Перед тем, как прервать психотерапию по причине, скажем, отпуска или отъезда, всегда обсуждается страх клиента вновь потерять человека, ставшего близким. Родственникам пропавших без вести я всегда сообщаю, почему меня какое-то время не будет, а отправляясь в путешествие – и то, куда я еду. Иногда мы отмечаем пункт назначения на глобусе. Даже если меня нет здесь, рядом с ними, существует реальная точка на земле, где я нахожусь. По возможности я присылаю оттуда открытки, чтобы засвидетельствовать мое присутствие там.

После отсутствия психотерапевта в течение нескольких недель часто наблюдается такой интересный феномен: на первый после долгого перерыва сеанс приходят все клиенты, неделю спустя поступают множественные отказы. Мне это представляется восстановлением автономии в отношениях. Убедившись, что терапевт благополучно вернулся, клиенты демонстрируют, что они так же свободны и могут отказаться от сеанса.

В идеальном случае психотерапевтические отношения могут служить моделью стабильных и надежных отношений между людьми вообще, и такая модель может быть перенесена на другие отношения и партнерства.

## 6. Сопротивление по отношению к невыносимому

Г-жа К. пришла на пятый сеанс психотерапии и стала рассказывать о событиях, произошедших за последнюю неделю в ее австрийском «изгнании» и о своем отношении к ним. Только когда я спросила ее о родственниках, она заговорила о сыне, оставшемся на родине. Пять дней назад он исчез, и она опасается, что его похитила одна известная военная группировка, которая считается особенно жестокой, так как пытает и убивает своих заложников. Судьба многих похищенных навсегда остается неизвестной – они исчезают.

Пока я как психотерапевт обдумываю услышанное и поэтому молчу, г-жа К. вновь начинает рассказывать о своей ситуации с жильем, забрасывая меня просьбами помочь в этой социальной проблеме. Мои попытки вернуть разговор к пропавшему сыну г-жа К. демонстративно игнорирует и застревает на проблеме квартиры в Австрии, стране, предоставившей ей убежище.

Анализируя эту ситуацию, я осознаю, сколь охотно я последовала за г-жой К. обратно, к теме ее австрийских будней – я, призванная помогать людям, не знаящая этого молодого человека лично, не захотела столкнуться с полной беспомощностью перед исчезновением сына г-жи К. Я постаралась избежать собственного бессилия и невозможности помочь в этом вопросе. Неслучайно заменой этому стала тема, в которой мое вмешательство было бы очевидным образом возможно. Ведь в жилищном вопросе я могу всего лишь парой звонков ощутимо поддержать г-жу К. – ни я, ни клиентка здесь не бессильны, чего нельзя сказать в отношении исчезновения ее сына.

Этот пример иллюстрирует известный паттерн работы с родственниками пропавших без вести: беспомощность клиента очевидна, но и человек, оказывающий помощь, также бессилён. Никакая психотерапевтическая теория, никакие техники не могут сгладить эту ситуацию. Напряжение ослабевает скорее благодаря самим клиентам – они ищут другую тему, чтобы вырваться из ощущения бессилия. В этой форме, по всей видимости, и для г-жи К., и для психотерапевта заключалась единственная возможность вообще как-то справиться с ситуацией.

Иногда, кажется, достаточно, чтобы был человек, кому можно доверить страшное известие. И здесь важен анализ психотерапевтических отношений. Результатом моего анализа было решение всегда, в конце следующих сеансов сознательно спрашивать К. о пропавшем сыне, если сама она о нем не заговаривает. Чаще всего она ограничивалась кратким сообщением о том, что никакой информации о его местонахождении по-прежнему нет, иногда она говорит о нем чуть дольше.

Примерно через месяц дело доходит до более продолжительного разговора, в котором мать рассказывает о доброте юноши и о том, какую боль ей причинила разлука с ним. В конце сеанса мы говорим о том, что чувствует мать сейчас, после разговора о сыне. Она ощущает печаль, беспокойство, но и испытывает некоторое облегчение. Мы открываем окно и завершаем сеанс небольшим упражнением на дыхание.

Комната, в которой проходит терапия, является тем местом, где возможно как молчание, так и разговор о пропавших без следа близких. Психотерапевт или консультант предоставляют и для того, и для другого надежное пространство.

## 7. Психосоматика как символизация и форма связи с событиями

Г-жа Ю. уже на первом собеседовании рассказала о смерти двух своих старших детей и об исчезновении младшего сына. С тех пор она не в состоянии говорить об этом. Но на каждый сеанс она приходит с сильными болями: то у нее раскалывается голова, то ужасно болит спина, то проблемы с животом. И вообще, все тело – одна сплошная боль. Ее отчаянный поиск хорошего врача, который, наконец, поймет, что с ней, и даст правильное лекарство, остается безуспешным. Но визиты к врачам крайне важны: г-жа Ю. не остается без дела, все ее дни расписаны. Это помогает ей сосредоточиться на самой себе – здесь и сейчас, а не быть постоянно занятой своей скорбью по потерянным детям. Испытывая сильную боль, она солидаризуется со своим, возможно, страдающим, пропавшим сыном.

В этой ситуации сильной тоски и неизвестности психотерапия представляется ей лишь частью медицинского обслуживания клиентов. На этой стадии психотерапии она вынуждена отвергать любое упоминание о ее печали и страхе за детей. Несмотря на это психотерапия ей помогает – в конце каждого сеанса она благодарит за полученное облегчение. Важная роль психотерапии в том, что на сеансах клиент находит человека, который демонстрирует совместное с ним терпение, совместную выдержку и является свидетелем его тяжелых переживаний.

В контрпереносе я часто чувствую тяжесть личных переживаний и людских судеб вообще. Я замечаю, как сама облегченно вздыхаю, когда какой-то сеанс отменяется или сессия заканчивается. Но именно в этом, видимо, и заключается важность регулярности сеансов психотерапии: по крайней мере на какое-то время невыносимая ноша становится немного легче, поскольку есть кто-то, кто готов нести ее вместе с тобой.

Г-жа И. прошла медицинское обследование и лечение, но крайне недовольна результатом. У нее, как и прежде, сильные боли – видимо, врачи плохо ею занимались. Она рассержена и демонстрирует свое разочарование в ни к чему, по ее мнению, не пригодных врачах. Когда я осторожно говорю о том, что она может помочь себе сама и что она сама в значительной степени «виновата» в своей постоянной боли, она отрицает это, указав на то, что прежнее лечение приводило к значительно лучшим результатам. Позже речь заходит о семье. Г-жа И. рассказывает, что вторник был ужасным днем, так как в этот день исполнилось семь лет с момента исчезновения ее сестры. Г-жа И. приписывает себе вину за то, что ее сестра пропала. Моя клиентка считает, что она, как старшая, должна была нести ответственность за младших братьев и сестер.

Благодаря упоминанию годовщины исчезновения, психотерапевту становится ясен контекст, который до этого был непонятен. Усилившаяся боль связана с потерей контроля, страхом и чувством вины. Одновременно с этим боль кажется актом солидарности с пропавшим человеком.

Такая стратегия избегания скорби наблюдается и тогда, когда необходимо заблокировать сознание от слишком травматических случаев гибели, а также при исчезновении близких. Часто какие-то странные симптомы начинают мучить родственников исчезнувших, но все медицинские обследования не приносят результата. Ни один врач не может установить причину соматических проблем. Часто и психотерапевтический процесс в течение долгого времени не приводит к пониманию причин симптоматики.

Так, в случае с г-жой И. установить связь между острыми болями и исчезновением сестры удалось посредством не одного опроса со стороны психотерапевта. Боль, которая была в центре внимания на специальном сеансе, с этого момента больше не нуждалась в физической символизации, отныне ее можно было идентифицировать как скорбь по исчезнувшей сестре.

## **8. Нарушения пищевого поведения**

Нарушения пищевого поведения тесно связаны с психосоматической симптоматикой. Такие нарушения часто встречаются у молодежи, как, например, у одной семнадцатилетней клиентки. Проблемы приема пищи становятся основной темой нашей сессии.

Юная Н. слишком часто забывает поесть. Чтобы заглянуть в корень проблемы, я вношу изменения в психотерапевтический сеттинг: перед началом сеанса ставлю на стол тарелку с печеньем и угощаю им Н. Она ест как нормальный – в данный момент голодный – подросток; к концу сеанса не остается ни кусочка.

Я интерпретирую поведение Н. как регрессию. Она хочет, чтобы для нее готовили, ее кормили. Помимо этого, нежелание есть – это ее форма скорби. Совместный прием пищи был центральным элементом семейной жизни, которую она утратила. Я использую это обстоятельство, чтобы обострить ее воспоминания и укрепить ресурсы. Н. удается представить себе семейный ужин очень живо. В этом упражнении на воображение я приглашаю ее вспомнить комнату в родном доме во всех подробностях: запахи, звуки, образы. На этом сеансе Н. была очень раскрепощена и смогла точно описать, что готовила мать, как семья садилась за стол и т. д.

Забота двух олицетворяющих мать людей – психотерапевта и переводчицы – очевидным образом идет ей на пользу. Она начинает записывать в дневник свое расписание питания и следить за тем, чтобы по крайней мере раз в день есть что-то горячее, а также немного перекусывать. Благодаря этому она становится взрослее и учится нести ответственность за свое здоровье.

## 9. Тревога и страх как формы связи с событиями и нежелания в них поверить

Г-жа Л. смертельно боится, что что-то может случиться с ее детьми. Отвести их каждый день в детский сад или школу – это для нее преодоление себя. Любое, самое незначительное недомогание детей она использует, чтобы оставить их дома. Воспитателям в детском саду и учителям в школе она вполне доверяет, но этот странный страх, как его описывает Л., ее просто не отпускает.

Лишь через год психотерапии становится ясно, откуда этот страх: старший сын Л. бесследно исчез 12 лет назад. То, что на психотерапевтическом сеансе о нем зашла речь, – скорее случайность, а не сознательные усилия клиентки. С этого момента речь на сеансах идет о том, чтобы дать этому страху определенное наименование и указать на его место: этот страх не может помочь спасти ее первого ребенка. Поэтому ей нужно принять факт исчезновения и постепенно начать скорбеть: об ужасной потере нужно говорить и оплакивать ее, чтобы освободить отношение к младшим детям от тяжелого бремени прошлого.

Называние ужасных событий своими именами оказывается для клиентки облегчением: исчезновение сына в вихре войны произошло уже так давно, что со всей вероятностью стоит признать его гибель. В любом случае отношения матери со старшим ребенком прерваны.

Отношения же с младшими детьми реальны и прочны. Они никогда не подвергались такой угрозе, как отношения со старшим ребенком: войны нет, г-жа Л. живет в другой стране, в другое время. Психотерапевт считает необходимым, чтобы она рассказала детям о старшем брате. Проходит некоторое время, прежде чем она решается это сделать. Оказывается, ей нравится отвечать на вопросы детей о брате и о тогдашнем времени. Рассказы об их совместной жизни оживляют в ней приятные воспоминания.

В ходе длительного психотерапевтического процесса г-жа Л. постепенно учится скорбеть о потере и через это отпускать ее. Одновременно с этим ей удается увидеть в детях самостоятельные личности. Между тем младший ребенок уже старше ее первого сына в момент исчезновения.

Именно при симптомах, не имеющих медицинских причин и кажущихся весьма странными, бывает необходимо узнать побольше об истории жизни клиента. Как и в случае с г-жой Л., причина большого страдания может быть в вытесненном и расщепленном травматическом жизненном опыте.

## 10. Отложенные ритуалы

Функция ритуалов для близких пропавших без вести занимает в психотерапии важнейшее место.

Г-на В. положили в психиатрическую клинику после попытки самоубийства. Последовавшие за этим два года прошли между больничной палатой и его домом – общезнанием для беженцев. Представить себе дальнейшую жизнь без снотворных и успокоительных препаратов он не может. И вместе с тем из-за зависимости от медикаментов он чувствует себя стигматизированным и неполноценным. Когда-то удачно начатая учеба теперь кажется относящейся к другому миру, нереальному для г-на В.

На психотерапию он приходит с целью как можно скорее избавиться от медикаментов. Понадобилось очень много времени, чтобы он почувствовал себя в психотерапевтических отношениях защищенным настолько, чтобы заговорить о гибели своей семьи. Что именно произошло на его далекой родине, он не знает, но фантазии на эту тему постоянно мучают его.

Его ночные кошмары становятся основной темой наших сеансов. Мне кажется, что каждая ночь приносит ему ту же боль и смертные муки, которые он пережил вместе со своими близкими.

Поскольку ритуалы прощания в его стране мне неизвестны, я спрашиваю у г-на В., что у них обычно делается в таком случае. Поначалу мой вопрос он игнорирует. Однако после дополнительных осторожных расспросов он все-таки готов поговорить об этом.

Когда я снова затрагиваю эту тему, он соглашается участвовать в разговоре и в очень выразительных картинах описывает буддистский ритуал погребения на своей родине. Наконец-то, его рассказ пронизан не отчаянием и безнадежностью, которые так хорошо мне знакомы по картинам из снов г-на В., а благодарностью близким и надеждой на лучшую жизнь после смерти. После этого ночные кошмары становятся реже, а страх погибнуть так же, как погибли родственники, уходит.

Ритуалы могут создаваться и совершаться непосредственно в рамках психотерапии, но можно поработать и над тем, чтобы с просьбой о совершении такого ритуала клиент обратился в свою культурную или религиозную общину.

В случае с г-ном В. я как психотерапевт прежде всего постаралась получить этнологические знания о формах погребения в его стране. Однако позже я поняла, что намного более важным, чем верность традициям, является личное воспоминание о ритуале и основанное на нем символическое представление о погребении и прощании с близким человеком.

Если г-н В. рассказывал об традиционных ритуалах вообще, то в случае с юной Н. все было конкретнее.

С ней мы постарались, по крайней мере, мысленно провести погребение ее отца и матери. Н. сочинила некролог и надпись для надгробной плиты. Она зачитывает тексты и объясняет, почему она выбрала для отца именно этот текст. Читая написанное для матери, Н. плачет, но потом ей удается успокоиться. Она рассказывает о похоронах: кто пришел бы, какие бы читались молитвы, кто какие бы приготовил блюда и пр. Это помогает ей оплакать родителей и по крайней мере символически, поставить им надгробный камень. Этот сеанс отмечен серьезностью и глубокой печалью. И все-таки в конце его мы обе чувствуем облегчение. Прощаясь, Н. даже улыбается.

Иногда ритуал, который подошел бы для пропавших без вести может возникнуть в рамках межкультурного и межрелигиозного сеттинга.

Г-н Т. очарован пьетой (статуей, изображающей деву Марию с мертвым Иисусом на коленях), увиденной им в одном из католических госпиталей. Страдающая мать, которая держит своего мертвого сына, олицетворяет для него его собственную боль и тоску по матери. В разговоре со священником в госпитале он хочет узнать побольше об истории изображения и рассказывает о своей семье. Священник приглашает Т. на мессу, где специально молится о погибших и пропавших без вести членах семьи Т. Хотя это и не его религия, Т. чувствует себя понятым, принятым и утешенным.

Ритуалы имеют большое психологическое значение, так как помогают принять смерть, потерю и исчезновение. Они знаменуют переходы от времени, когда любимый человек был рядом, ко времени, в котором его нет. Поэтому ритуалы необходимо совершать обязательно, в идеальном случае – так, как это предписывается соответствующим социальным сообществом. Если это невозможно, то ритуал нужно создать и совершить через какое-то время. Для пропавших без вести никаких специальных ритуалов нет, поэтому необходимо придумывать новые формы. Зачастую бывает достаточно небольшой модификации известного ритуала – это могут быть заимствования из других традиций и религий или же новые фантазии.



Полин Босс очень точно описывает хаос в структуре семей, в которых кто-то пропал без вести:

*«В случае неопределенной потери идентичность семьи нарушается, потому что одного из членов нет ни внутри, ни вовне системы...»*

В настоящей главе речь пойдет прежде всего о трудностях, возникающих внутри семьи из-за исчезновения кого-то из родственников, и о том, какую помощь им могут оказать психосоциальное консультирование и психотерапия.

## 1. Перенимание ролей

Во время кризисов дети особенно сфокусированы на родителях или на том из них, кто остался с ними. То, как реагируют родители, оказывает значительное влияние на их социальные и прежде всего психологические возможности справиться с ситуацией.

*«... На детях отражаются эмоции и глубокое переживание стресса и потерь в семье, они в высшей степени чувствительны к конфликту и отчаянию, а также к копингу и дисфункциям своих родителей. Дети, родители которых способны поддерживать их и остаются дееспособными даже в ситуации глубочайшего опустошения и хаоса, защищены их рациональностью и таким образом менее уязвимы для травмы... К сожалению, в семье в которой убили одного родителя, оставшийся в живых родитель или опекун может глубоко переживать утрату и становиться недоступным для своих детей на эмоциональном уровне»*

Родители (родитель) могут быть настолько сконцентрированы на пропавших членах семьи, что перестают обращать внимание на своих здоровых детей. Небрежное отношение к детям можно, конечно, понять как форму агрессии, но возникает оно чаще всего из-за эмоциональных перегрузок вследствие тяжелой травматизации и скорби. Психосоциальное сопровождение или психотерапия, где мать или отец могут не только поговорить, но и выплеснуть наружу собственное отчаяние и горе, где им можно какое-то время поплакать, проявить свою беспомощность и получить немного материнской заботы, помогает многим родителям начать снова действовать как взрослые, ответственные люди, как хороший отец или мать. Поэтому индивидуальная психотерапия с тяжело травмированными родителями должна в итоге всегда хорошо сказываться и на их детях.

В семьях, где пропал кто-то из родителей, случается, что – подобно тому, как это происходит после смерти родителей – другие члены семьи пытаются взять на себя их роль. Чаще всего это – старший сын или старшая дочь. Они не только чувствуют себя ответственными за братьев и сестер, но и пытаются заменить партнера оставшемуся родителю. Это – чрезмерная перегрузка для ребенка, выражающаяся в разных формах.

В случае с 13-летним Ц. перегрузки проявляются в сильной агрессии.

Когда его мать вступила в легкую словесную перепалку с соседом из-за какой-то мелочи, Ц. схватился за нож и стал угрожать мужчине. Маленький, выглядевший младше своих лет Ц. не знал, как еще ему защитить свою мать. В общежитии, где живет эта семья, дело дошло до скандала, о чем мне рассказала соцработница.

На следующем сеансе психотерапии я спрашиваю, не произошло ли с ним чего-то особенного, но он отрицает. Только когда я сообщаю ему о телефонном звонке из общежития, он начинает рассказывать. С одной стороны, этот случай и переполох, который он вызвал, ему неприятны, с другой стороны, он отстаивает свое поведение, потому что ему нужно заботиться о матери.

Смятение в связи с изменившейся ролью оказалось особенно драматичным и разрушительным для юного Е.

После исчезновения отца он, тогда 13-летний, встал рядом с матерью и начал распоряжаться своими младшими братьями и сестрами. Он получил поддержку от тети и дяди, постоянно хваливших его за зрелость. Тем больше был шок, который испытала семья, когда в возрасте 16 лет Е. был арестован за разбойные нападения, которыми он занимался в молодежной банде. За несколько месяцев до этого его мать познакомилась с мужчиной и вышла за него замуж – толком не поговорив об этом с Е. Тот пришел в ярость на мать, которая, с одной стороны, предала отца, а с другой – после стольких лет, что он заменял ей партнера, вновь стала обращаться с ним, как с ребенком. Он потерял свое место в семье. Защищенность, которую он вновь обрел в молодежной банде, оказалась, к сожалению, губительного характера.

Психосоциальная работа с Е. затруднена тем, что он лишен свободы. В его случае, однако, крайне важно участие семьи. Мать должна признать, как много он сделал для семьи за последние годы и какое, совершенно особое, место в семье он по-прежнему занимает. Отчим должен чутко прислушаться, откуда юноша ощущает угрозу, от чего он был оттеснен из-за появления в доме нового мужчины и как отчим может облегчить легшее на плечи юноши бремя? Мать и отчим должны создать такое пространство, в котором Е. сможет хотя бы отчасти наверстать что-то из своего преждевременно оборванного детства, наполненного взрослыми заботами.

Но не только смена ролей, произошедшая сразу после исчезновения члена семьи, несет с собой тяжесть и испытания для его близких. Как показывает пример Н., перегрузки могут быть мучительны и годы спустя:

Н. вынуждена была заменить мать своим братьям и сестрам. Ее мечты об окончании школы и о высшем образовании, увы, закончились. Поскольку она не смогла полностью соответствовать требованиям новой для нее роли, ее мучает чувство вины. Она боится найти своих пропавших

братьев и сестер, чтобы услышать от них лишь упреки в том, что она их бросила. По отношению к матери она тоже чувствует себя виноватой, ведь она пообещала ей присмотреть за младшими детьми. Чувство вины преследует ее в снах. Один сон особенно мучителен для Н. К ней пришла мать и поначалу была с ней очень сердечна и мила, но потом спросила, где остальные братья и сестры. Поскольку Н. этого не знает, то не может дать матери ответ.

Заверение психотерапевта, что данное матери обещание Н. выполнила хорошо и не сделала ничего неправильного, приносит ей облегчение. Однако ей недостаточно услышать это на сеансе психотерапии лишь однажды. Снова и снова Н. спрашивает, считаю ли я, что она могла сделать для своих братьев и сестер больше, и каждый раз успокаивается, услышав все тот же ответ.

Таким образом, как психотерапевт я беру на себя по отношению к Н. роль матери, освобождая ее тем самым от части мнимой ответственности. Так она может снова вернуться к адекватной своему возрасту роли по отношению к братьям и сестрам.

.

## **2. Дети как носители симптомов**

Напряжение в семье из-за исчезновения одного из ее членов ведет к обострению отношений между оставшимися. Важные вещи больше не обсуждаются, проблемы повседневной жизни кажутся слишком банальными, чтобы их решать, и из-за этого перерастают в непреодолимые препятствия.

Иногда, если возникает какая-то проблема, которая всех занимает и объединяет, общение в семье возобновляется. Часто – это странное поведение или внезапная болезнь кого-то из детей. Может случиться, что самый чувствительный член семьи «приносит ей себя в жертву». Если физические симптомы или отклонения в поведении ребенка усиливаются настолько, что все вынуждены им заниматься, семья снова становится жизнеспособной и ее члены начинают общаться между собой.

Поэтому в психотерапии и при консультировании необходимо знать о всей семье в целом и разбираться в ее ситуации. Действительно ли пациент болен, или он – лишь носитель симптомов травмированной и чувствующей себя в опасности семейной структуры? Исходя из этого, требуется либо индивидуальная терапия, либо поддержка для всей семьи (Becker, 1992).

### 3. Регрессивное поведение

Ответом на стресс от исчезновения кого-то из близких у детей становится их регрессивное поведение.

На одном семинаре в Шри-Ланке одна из женщин рассказала, что у нее большие проблемы с племянницей. Десятилетняя девочка живет у тети с момента смерти своей матери полгода назад. Отец ребенка пропал без вести два года назад. Племянница очень послушный и воспитанный ребенок, но когда тетя собирается уйти, та цепляется за нее и требует, чтобы тетя осталась или взяла ее с собой. Любая даже самая непродолжительная разлука с самым близким для нее теперь человеком повергает девочку в панику.

Исходя из предыстории, поведение девочки хорошо понятно: уже дважды она была вынуждена пережить то, что родного человека вдруг не оказывалось больше рядом. Страх потерять еще и тетю для нее невыносим. Поэтому, с одной стороны, следует понять ее регрессивное, как у маленького ребенка, поведение и отнестись к нему с уважением, но, с другой стороны, нужно достучаться до нее и помочь ей как можно скорее вновь обрести необходимую защищенность и возродить в ней на адекватном ее возрасту уровне доверие к отношениям между людьми.

Девочка должна все знать: куда идет тетя, что она там будет делать, кто в это время будет «ответственным» за девочку и отвечать на ее просьбы. Особенно важно определить, как долго тети не будет и когда она вернется. При этом необходимо сознательно заложить какое-то время на возможное более позднее возвращение тети, чтобы ребенок смог испытать радостное удивление от ее более раннего прихода, а не страх из-за опоздания. «Цепляние» за близкого человека – одна из наиболее частых форм регрессивного поведения у травмированных детей, особенно в тех случаях, когда родители умерли или пропали без вести. Проявляются и такие формы поведения, как энурез, нарушения пищевого поведения (см. также гл. V, раздел 8), немота, постоянный плач. В психотерапии или на консультации необходимо попытаться понять смысл симптома, принять ребенка и его расстройство и выработать вместе с ним план дальнейших действий и поведения. Близкие взрослые должны быть обучены тому, что ругать и стыдить ребенка значит только усиливать его психологический стресс. Это способствует только перераспределению симптомов, но не нормализации и улучшению. Даже если путем наказания удастся ослабить или устранить один симптом, часто на смену ему приходит другой. Взрослые должны продемонстрировать понимание ребенка со всеми его способами выражения отчаяния и затем вместе с ним попытаться исправить ситуацию. Психосоциальное вмешательство и психотерапия помещают страдающего ребенка в центр внимания, но вовлекают в процесс также и родителей, и других близких.

#### 4. Желание защитить детей

Когда из-за внезапного исчезновения кого-то из членов семьи рушится существовавшее до этого ощущение безопасности и весь мир ставится под вопрос, многим хотелось бы защитить от этих ужасных перемен детей. Результатом этого становится то, что либо вопросы детей остаются без ответа, либо их обманывают. Так, благие намерения часто приводят к обратному результату: дети остаются один на один со своими вопросами и страхами, во власти еще большей неизвестности, чем если бы им было бы позволено узнать хоть что-то. Одновременно с этим ставится под вопрос и надежность отношений с близким человеком, который дает явно ложные ответы.

Г-жа М. сказала своим детям, что отец скрывается у своих товарищей и скоро вернется. На самом деле он пропал без вести вскоре после того, как организовал для своей семьи побег через границу. М. страдает от агрессивности сына, обвиняющего ее в том, что она не так хорошо заботится о семье, как это делал бы отец. В одной из ссор сын даже бросает ей упрек, что она виновата в том, что отца сейчас нет с семьей. Г-жа М. сильно оскорблена этим: она чувствует себя покинутой мужем и непонятой детьми.

На вопрос, не лучше ли было сказать детям правду, она реагирует с испугом. Она не хочет, чтобы на плечи детей ложилась еще бóльшая нагрузка. Я говорю, что, по всей вероятности, они и так уже понимают, что с отцом что-то случилось, а отсутствие информации только больше давит и вселяет в них неуверенность.

Г-жа М. обещает об этом подумать. Я предлагаю на одном из психотерапевтических сеансов провести разговор с детьми, если благодаря этому она ощутит бóльшую защищенность. Полтора месяца она борется с собой – стоит ли рассказывать детям то небольшое, что она знает о местопребывании мужа. Однажды, словно мимоходом, она говорит о том, что ее младший ребенок стал спокойнее. Только на мой вопрос о том, есть ли для этого какая-нибудь причина, она признается, что поговорила с детьми об исчезновении их отца.

Э. Биттенбиндер описывает сходную ситуацию, возникшую во время психотерапии.

Одна женщина из Ирана опасается, что ее мужа казнили, так как уже год от него нет никаких известий. Со своим 8-летним сыном поговорить об этом она не может, так как хочет его от этого оградить. В этом случае после продолжительных разговоров с матерью удается донести до сына столь важную информацию.

*«Сначала разговор идет между сыном и психотерапевтом, постепенно в него вовлекается и мать. Только сейчас матери становится ясно, как много думал об отце ее восьмилетний сын, какую нагрузку на него оказывала ситуация, когда он смутно догадывался о страшных вещах, но не знал этого наверняка. Она наконец почувствовала в себе готовность поговорить с ним и подходящим для его возраста способом рассказать о событиях на родине. Особенно важно было аккуратно сообщить мальчику о ее беспокойстве за отца, о том, что его, возможно, больше нет в живых»*

Напомню уже приведенный мной подобный случай из моей психотерапевтической практики.

Тогда – муж моей клиентки скончался в местной больнице от тяжелой болезни. Оправдания того, почему невозможно его навестить становятся все более изощренными. На протяжении месяцев вдова говорит своей 5-летней дочери, что ее отец все еще болен и находится в больнице. Примерно через полгода мать слышит разговор дочери с подругой, в котором дочь говорит, что ее отец умер. Мать удивлена и смущена, так как, когда она беседует с дочерью, все свидетельствует о том, что та считает отца живым. Похоже, 5-летняя девочка понимает, что должна защитить мать. Говоря об отце, и она, и ее мать – обе поддерживали иллюзию того, что он жив. Каждая, как могла, скрывала его смерть.

В данном случае смерть была очевидна. Но этот пример показывает, как соблазнительно в случае бесследного исчезновения человека погрузиться в полные надежд фантазии и иллюзии.

Для взрослых те «сказки», которые они рассказывают своим детям и в которые постепенно начинают верить сами, становятся своего рода островками надежды. Для детей же они являются источником большой путаницы – с одной стороны, успокаивающие слова, а с другой – странное поведение взрослых вкупе со все более долгим ожиданием близкого человека. В результате чего дети перестают обсуждать с родственниками собственные страхи.

В некоторых случаях судьба семьи становится настолько запутанной и драматической, что выстроенная с таким трудом защита ребенка рушится. В случае г-на С. он оказывается в состоянии поговорить со своим 8-летним сыном, перед тем как отправиться в больницу:

Г-н С. говорит в нашем – психотерапевта и переводчика – присутствии со своим сыном об исчезновении семьи. Он пытается простыми словами объяснить мальчику, почему семья так

пострадала и почему ей срочно нужна помощь. Этот разговор между отцом и сыном происходит перед отправкой отца в больницу. Мальчику, уже пережившему исчезновение двух братьев и сестер на родине, бегство оттуда и разлучение с матерью и остальными братьями и сестрами, теперь предстоит разлука с последним оставшимся близким человеком – его отцом. Хотя это выходит за рамки наших сеансов, мы уделяем большое внимание этому прощанию отца и сына – по крайней мере, на этот раз родные должны знать друг о друге все. Мы предпринимаем все, что можно, чтобы у обоих была информация, кто где находится, и чтобы они могли в любой момент связаться по телефону. Сын провожает отца до кареты скорой помощи и там они прощаются. Затем психотерапевт и переводчик отвозят мальчика в специальное общежитие для детей, находящихся в кризисных ситуациях, и разговаривают там с дежурным педагогом. В это время ребенок может осмотреться, познакомиться с кем-нибудь из живущих здесь детей и таким образом обрести уверенность в неформальной обстановке.

Выжившие члены семьи часто не в состоянии говорить о случившемся. Они не делятся друг с другом своей болью и отчаянием. Уверенность в том, что своим молчанием люди ограждают других от плохого, приводит к тому, что в семейной жизни воцаряется одиночество и изоляция.

Тогда, чтобы люди смогли заговорить о своих эмоциях, становится нужен человек со стороны, профессионал – например, психолог-консультант.

На одном семинаре по супервизии в Шри-Ланке мы работали над случаем отца и его пятилетнего сына.

Мать, бывшая на большом сроке беременности, пропала во время цунами. Отец же сказал сыну, что она уехала в Индию, чтобы там родить ребеночка. Когда даже семь месяцев спустя от матери не поступило никаких известий, мальчик стал сердиться на отца, отношения становились все более тяжелыми, пока отец не обратился за профессиональной помощью к прошедшему обучению консультанту. На семинаре все мы были едины в том, что отец должен сказать мальчику правду. Мы обсудили, как лучше всего это сделать. Был предложен разговор между отцом и сыном в присутствии консультанта и, по возможности, священника.

Обоим – и отцу, и сыну – чтобы справиться со своей потерей, помимо этого разговора, потребуется помощь. Отец будет вынужден расстаться с частичкой надежды и приблизиться к реальности потери жены. Сын должен будет выдержать страшное известие и горе. Его доверие к отцу подорвано, так что потребуется время и помощь, чтобы завоевать его снова. Их общее знание об утрате матери и жены, а также младенца может способствовать совместному процессу скорби и дать шанс, что как отец, так и сын успокоятся и утешат друг друга.

## 5. Агрессия по отношению к более слабым членам семьи

Клиенты, пережившие грубые нарушения прав человека, часто выглядят на публике как пассивные и спокойные. Поскольку вся наша эмпатия на их стороне, мы не хотим замечать никакой агрессии. Но именно в тех случаях, когда люди пережили насилие, будучи не в состоянии адекватно на него отреагировать, а преступники не наказаны, у жертв наблюдается сдерживаемая агрессия. Мишенью для нее часто становятся более слабые члены семьи. Если в дополнение ко всему в качестве самолечения используется, например, алкоголь, то чаще всего это ведет не желанному успокоению, а к приступу агрессии, которая обрушивается на тех, кто оказался рядом. В семьях с тяжелым травматическим опытом домашнее насилие – обычное дело.

Г-жа В., мать-одиночка, благодаря своему консультанту и разговорам с учителями детей научилась держать свою агрессию под контролем. На сеансах психотерапии она заговаривает об ужасе и стыде за свое поведение. Она очень страдает от того, что била своих еще совсем маленьких детей. Между тем теперь она научилась сдерживать себя. Иногда она еще кричит на детей, но быстро останавливается, увидев страх на их лицах.

На психотерапии г-же В. выражается поощрение за то, что ей удалось обуздать свое агрессивное поведение по отношению к детям. У нее есть право испытывать гнев вследствие всех тех травматических событий, что ей пришлось выстрадать. Но, как она правильно признала, не дети являются причиной этого ее гнева, и поэтому нельзя допустить, чтобы они стали мишенью для агрессии. Она получает напутствие и впредь хорошо обращаться с детьми. Чтобы еще больше снизить агрессию, она выбирает дома подушку, которую можно бить, мять и даже бросать на пол, когда гневу необходим выход. Но, как рассказала мне В. на сеансе, с того момента, как появилась подушка, оказалось, что она в ней больше не нуждается.

Для детей особенно опасны попытки самоубийства родителей или высказываемое ими желание покончить с собой. Столкновение детей с такой угрозой является экстремальной формой агрессии по отношению к ним.

Наши клиенты с семьями приглашены к нам на небольшой праздник. Царит хорошее настроение – кажется, и взрослые, и дети радуются. Неожиданно 11-летняя Я., дочка одной из моих клиенток, спрашивает меня, нельзя ли нам поговорить в соседней комнате. Она кажется мне вовсе не радостной, а скорее, испуганной и смущенной. Из кармана она достает бумажку. Это этикетка от отравы для насекомых. Вчера вечером в споре с отцом ее мать угрожала, что выпьет этот яд. После этого девочка спрятала эту отраву, мощные средства и все, что, как ей кажется, представляет опасность. Но она по-прежнему боится. Я обещаю Я. тотчас поговорить с ее матерью и прошу ту пройти к нам в соседнюю комнату. Я вкратце пересказываю все, что мне только что поведала Я., и говорю о том, как она боится. Мать шокирована, но и смущена тем, что я узнала об этом случае. Вместе с тем она испытывает облегчение от того, что психотерапевт теперь сможет поучаствовать в решении проблемы. В присутствии терапевта она обещает своей дочери, что не наложит на себя руки, и не будет больше высказывать таких угроз. Если ей станет плохо, она сразу обсудит это с терапевтом. Я. заверяют в том, что она тоже в любой момент – как только почувствует страх – может позвонить терапевту. Таким образом, ребенок освобождается от бремени ответственности, которое перекладывается на плечи психотерапевта.

В еще более драматических случаях свои суицидальные намерения родители распространяют и на детей. Когда родители не видят больше места для себя в этом мире, они порой чувствуют, что и своих детей они должны «взять с собой».

В своих суицидальных мыслях одна клиентка снова и снова рассматривает «расширенный суицид», который фактически является убийством. Она хочет умереть вместе со своими детьми, чтобы не оставлять их одних в этом страшном мире. Самые незначительные повседневные события, вызывающие стресс, воспринимаются ею как катастрофические. Она начинает размышлять о совместной с детьми смерти, даже когда один из ее детей порвал библиотечную книгу. Она чувствует, что неправильно воспитала своих детей, что честь семьи запятнана из-за нанесения ущерба объекту общественной собственности. Такую проблему, как эта, должен был бы решать ее муж, она же чувствует себя полностью ею задавленной. Она должна отмыть честь семьи и никогда больше не подвергать ее опасности, одновременно с этим ей хочется наказать своего мужа, который, пропав без вести, переложил всю ответственность за семью на жену. В такой ситуации в качестве повода, чтобы уничтожить всю семью, могло хватить самого незначительного случая.

А проблема с книгой разрешилась, между тем, очень просто – социальная работница из общегития выяснила с библиотекой все вопросы, избавив от этого мою клиентку. На последовавшем за этим сеансе мы вновь говорим о ее тяге к смерти, но и о том, чего хотят дети. Клиентка осознает, как сильно их желание жить и какие большие надежды они возлагают на будущее.

Психосоциальное вмешательство способно в таких случаях уберечь от панических необдуманных действий. При помощи психотерапии или консультации клиент может восстановить контроль над



собственной агрессией, найдя опору в разработке перспектив на будущее. После описанного выше случая клиентка постепенно начала доверять социальному окружению, а позже поверила и в собственные возможности. Суицид перестал казаться ей выходом из положения.

## **6. Взаимоподдержка детей**

Джеймс Халперн и Мэри Трамонтин (Halpern, Tramontin, 2007) указывают на то, что для старших детей и подростков группа их сверстников может стать важным ресурсом для возвращения в нормальное состояние. Поэтому этим детям нужно дать возможность общаться с друзьями. Им нужно позволить обсуждать трудные проблемы – нельзя обрекать детей на молчание путем введения семейных табу или на то, чтобы после разговора на запрещенные темы их мучила совесть. Если по политическим соображениям нужно, чтобы какая-то информация оставалась семейной тайной, дети должны об этом знать. Но и тогда необходимо, чтобы хоть с кем-нибудь из ровесников можно было бы об этом поговорить (отдельные друзья, двоюродные братья и сестры).

Как раз в виду растущего числа несовершеннолетних беженцев без сопровождения, которые попадают в Европу, очень важный ресурс для них – это поддержка сверстников. Подростки из стран Азии и Африки, потерявшие всякий контакт с семьями, собираются во время бегства вместе и образуют группы молодых людей с похожей судьбой. Такие группы становятся для каждого чем-то вроде новой семьи. В них удивительным образом заботятся о более слабых. Несмотря на это, такие дети и молодежь нуждаются и в помощи взрослых, поскольку эмоциональные и материальные нагрузки тех, кто взял на себя ответственность за друзей, превышают их возможности.

## 7. Испытание для супружеских отношений

До сих пор в этой главе речь шла прежде всего об отношениях между детьми и их родителями или другими взрослыми близкими людьми. Но из-за исчезновения кого-то из близких под угрозой оказываются также отношения между собой супругов или партнеров. В работе психотерапевта порой удивляет и расстраивает полное молчание о личном страдании, которое приносят отношения, установившиеся между супругами. Надежные отношения с психотерапевтом во многих случаях впервые дают возможность заговорить об этом. Здесь беспристрастному эмпатичному терапевту, который в то же время вне сеансов не принадлежит к социальному окружению клиента, тот может высказать абсолютно все. Пытаясь рассказать о тяжелых событиях, клиент сам начинает лучше понимать, что же, собственно, произошло. В идеальном случае он поделится этим и со своим партнером.

Уже сама возможность высказаться в рамках психотерапевтических отношений по поводу своих страхов и трудностей облегчает парам и семьям груз, лежащий на их плечах. Есть много свидетельств тому, что после сеансов клиенты расслабляются, становятся спокойнее, а вслед за этим оздоравливается и атмосфера в семье.

Однажды г-н К. приходит на сеанс очень уставшим. Он хотел отказаться от сеанса, но жена все-таки принудила его пойти. Уже не первый раз жена проявляет большую инициативу по поводу психотерапии мужа, нежели он сам. После сеансов г-н К. возвращается домой намного более спокойным.

Психотерапия или психологическая консультация может так же, как в вышеописанных случаях родителей и детей, снять барьер, мешавший супругам поговорить о том, о чем они раньше молчали.

Г-жа П. снова и снова повторяет, сколь велико ее беспокойство о муже. Спрашиваю ее, не захочет ли он как-нибудь прийти на сеанс вместе с ней. В следующий раз они приходят вместе. Обе стороны высказывают друг другу упреки. Психотерапевт, управляя разговором, иногда прерывает их, вынуждая к медленной и уважительной беседе так, чтобы г-н и г-жа П. могли услышать друг друга. Г-н П. смягчается и делится тем, что, вообще говоря, чувствует себя виноватым в том, что не способен лучше заботиться о своей семье, затем он высказывает восхищение силой и энергией своей жены.

На это она отвечает, что радуется его сердечному и заботливому обращению с детьми, которое отнюдь не является само собой разумеющимся для традиций очень патриархальной семьи, из которой муж происходит. На этой основе обоюдного признания возможно, наконец, заговорить о скорби по пропавшим без вести братьям г-жи П. Г-н П. узнаёт, в каком беспокойстве пребывает по этому поводу его жена и как она тоскует по пропавшим.

Из-за исчезновения близких прочность отношений супругов серьезно нарушена. Именно в такой сложной ситуации супруги должны быть в состоянии поддержать и утешить друг друга – если необходимо, то при помощи психотерапевта, консультанта или духовного наставника.

## 8. Психосоциальная работа с пострадавшими семьями

*«Способность оставаться нейтральным и избегать сверхидентификации с одним из членов семьи имеет существенное значение для специалиста в области терапии травмы. После травматических событий каждый член семьи психологически ведет себя по-разному в зависимости от предыдущих отношений, воздействия и последующих эффектов травмы. Когда после травматического события работа идет индивидуально – с детьми или с родителями, надо учитывать эти разные паттерны...»*

В соответствии с нашим опытом это означает уделять особое внимание – наряду с очевидно страдающими – и тем, кто внешне спокоен и уравновешен. Часто терапевты фокусируются на тех, кто способен выразить свое страдание. Дети же в своем поведении часто не подают никаких сигналов о своих неприятностях и кажутся спокойными и сдержанными. Однако важно понять их внутреннее состояние и помочь справиться с бедой.

Если персонала достаточно, то важно, чтобы у каждого члена семьи был свой консультант или психотерапевт. Тогда будет пространство для личных чувств – гнева, стыда, вины, которые проецируются на других членов семьи, могут обсуждаться, анализироваться и благодаря этому найти понимание. Семейная система, таким образом, сбрасывает часть груза и освобождает место для позитивного взаимодействия между своими членами.

Но и там, где невозможно подключение такого количества персонала, психосоциальная работа может оказать семьям значительную поддержку. Для команд консультантов, работавших с людьми после цунами, самыми важными в их программах всегда были следующие четыре пункта.

### 1. Необходимо, чтобы члены семьи делились друг с другом своими мнениями и убеждениями.

По прошествии времени после исчезновения человека у его близких складывается собственное суждение о том, что произошло. Но зачастую люди об этом не говорят и убеждены, что все проходят один и тот же процесс осмысления случившегося и приходят к одинаковому результату. В этом, разумеется, кроется источник недопонимания.

Психосоциальная консультация предоставляет каждому члену семьи возможность говорить о своем. Во многих семьях один из членов семьи (часто кто-то из детей) цепляется за веру в то, что пропавший без вести жив, и упрекает остальных, что они недостаточно занимаются поиском. Поэтому тем более необходимо, чтобы все мнения о случившемся в семье были выслушаны спокойно и без всякого осуждения.

Присутствие консультанта позволяет нейтрализовать взаимные упреки и возможную агрессию, чтобы вести конструктивный разговор. Цель интервенции в том, чтобы все участники знали, какую позицию занимает каждый из них в отношении ситуации с исчезновением и относились к этой позиции с уважением. Важно понимать, что это лишь сиюминутное мнение и что изменения во внутреннем мыслительном процессе возможны в любой момент времени. Поэтому хорошо время от времени проводить такие семейные разговоры, чтобы каждый мог заметить и принять изменения как в себе, так и в других.

### 2. Необходимо оказывать поддержку при построении новых семейных структур.

Людские потери после такой природной катастрофы, как цунами декабря 2004 года, были огромны. Погибли целые семьи. Часто в живых оставались лишь отдельные члены больших семей.

В таких разорванных катастрофой семьях выжившие ощущают себя одинокими и изолированными. О потерях они почти не говорят. Печаль и тоска по потерянным людям часто перекрывают собой заботу о выживших. Снова и снова сообщают о матерях, плохо обращающихся со своими выжившими детьми, об отцах, совершенно не справляющихся со своей новой ролью отцов-одиночек, о родителях, вкладывающих все силы в поиски пропавшего ребенка, и, кажется, почти не обращающих внимания на своих детей, оставшихся в живых.

Как раз в таких случаях чрезвычайно важна профессиональная помощь, оказываемая извне. На наших семинарах мы уделяли много времени анализу таких разрушенных семей и построению концепций того, где и в какой момент должна подключаться психосоциальная помощь – для семьи как целостности и для ее отдельных членов.

Цель таких интервенций в том, чтобы разбитые семьи вновь объединились, чтобы люди поддерживали друг друга и существовали друг для друга. Выжившим родителям нужна психологическая и консультационная помощь, чтобы научиться снова заботиться о себе и о своих

детях. Для детей – это разгрузка, когда они вербально и невербально могут выразить свою тревогу, смутнение, гнев и быть при этом понятыми взрослыми. Детям – несмотря на катастрофу – должно разрешаться не унывать. Общая скорбь, сопровождаемая совместными ритуалами, может придать новый смысл и укрепить отношения между выжившими.

### 3. Необходима помощь родителям-одиночкам в принятии новой роли.

После цунами на Шри-Ланке стал очевиден такой феномен: у физически более сильных людей было больше шансов убежать от волны, вскарабкаться куда-то или схватиться за что-то и таким образом спастись от наводнения. Поэтому число детей, пожилых людей и женщин среди погибших в этой катастрофе непропорционально велико.

Многие отцы остались одни со своими детьми. Но отцы в Шри-Ланке практически не подготовлены к тому, чтобы заботиться о детях. Если такое и случалось прежде, то были бабушки и тети, которые брали на себя большую часть забот по воспитанию и присмотру за детьми. Но в цунами погибло очень много пожилых людей.

Часто дети, у которых один из родителей остался в живых, тем не менее живут в приютах. Вдовы и, особенно, вдовцы, испытывают слишком большие перегрузки от необходимости заниматься детьми и выбирают наиболее простой путь, который также приветствуется международными организациями по оказанию помощи в связи со стихийными бедствиями, – отдают детей на попечение чужим людям. Отцы – но и матери тоже – настолько поглощены своим отчаянием от потери супруга и других детей, что забота о выживших детях представляется им неразрешимой проблемой. Вдобавок к потере матери, братьев и сестер эти дети вынуждены пережить еще и отсутствие отца.

При этом крайне важно поддержать выживших родителей, чтобы они могли хорошо проявить себя, т. е. материально и морально заботились о своих детях. Чтобы справиться с этой задачей, им, разумеется, нужны практические советы, но прежде всего – эмоциональная поддержка. Когда речь идет о помощи детям после катастроф, то часть денег, предназначенных для сирот, следует направлять на психосоциальную помощь матерям и отцам. Консультантов нужно обучать заранее, с тем чтобы в случае необходимости они могли взять на себя координацию этой задачи и были бы в состоянии организовывать следующие тренинговые программы для новых консультантов.

### 4. Необходимо оказание поддержки семьям в поиске собственных ритуалов.

Погибших после цунами хоронили очень быстро. Часто это случалось, пока близкие родственники еще оставались в больницах или не успевали приехать. В таких семьях по-разному реагируют на смерть близких – те, кто не присутствовал на похоронах, испытывают большие проблемы с принятием смерти. Представляется важным проведение общего ритуала, в котором могли бы принять участие все эти люди, – а провести его можно и по прошествии месяцев и даже лет после потери.

Для выживших членов семьи такие ритуалы важны, чтобы принять и оплакать понесенную потерю. Нужно способствовать тому, чтобы родственники пропавших без вести сами создавали такие ритуалы или проводили их подобно тому, как это делается в их культурных и религиозных кругах. Консультация может побудить и поддержать людей в планировании, подготовке и проведении такой церемонии. Особое место в ней следует уделить детям, чтобы они чувствовали себя принятыми в их скорби и смогли проститься с дорогим человеком во время поминовения.

Если смерть и насильственные исчезновения коснулись целого сообщества, то наряду с индивидуальными и семейными интервенциями необходимы психосоциальные интервенции для сообщества в целом. В главе III уже были подробно рассмотрены формы совладания на общественном, государственном и международном уровне. В данной главе речь пойдет о программах и возможностях интервенций, основанных на чисто психологическом или психотерапевтическом подходе. Переход от личной инициативы пострадавших к психологической или психотерапевтической интервенции при этом должен быть плавным.

Данное пособие есть результат сотрудничества с коллегами из разных стран Европы и Азии. Я разработала его в ответ на необходимость оказания помощи детям и подросткам во время конфликтной ситуации на Шри-Ланке в 2008 г. Его цель заключается в обеспечении ясного, простого в употреблении руководства для тех, кто работает в ситуации острого кризиса. Состоятельность пособия была доказана использовавшими его социальными работниками и консультантами в различных сложных ситуациях (землетрясение на Гаити, сотрясаемые конфликтами регионы Восточной Африки).

Большинство концепций, обсуждаемых в пособии, имеют отношение к пост-травматической ситуации, и мы говорим о посттравматической интервенции. Но есть люди, в том числе и дети, которые находятся в эпицентре конфликтной ситуации и насилия в данный момент и потому нуждаются в поддержке.

Войны боятся все. В целом взрослые обычно имеют более реальное представление о том, как опасна война. Они, возможно, уже переживали травматические ситуации, и их страх основан на прошлом опыте. Во многих случаях текущая ситуация может представлять для них новую травматизацию. Следовательно, многие взрослые могут связать данную опасную ситуацию с экстремальным опытом прошлого, и, говоря другими словами, «откроются» и вновь начнут болеть старые психологические раны. Это может быть связано со многими симптомами, обычно проявляющимися в подобных ситуациях, как, например, бессонница, паника, пугливость, избегание, ощущение нервозности или повышенной напряженности, чувствительность к шумам (включая шум, создаваемый детьми). В такой ситуации взрослым очень трудно отвечать на вопросы, которые задают дети, и справляться с их страхами. Поэтому здесь чрезвычайно важно помочь взрослым, с тем чтобы они, в свою очередь, могли помочь детям.



### **1.1. Базовое психологическое обучение: разъяснение родителям и учителям последствий воздействия психологических травм**

Важно помочь взрослым попечителям понять, что некоторые эмоции и чувства сегодняшней ситуации могут быть связаны с прежними посттравматическими чувствами.

Другая важная вещь – разъяснить положение, в котором находятся дети. Надо понимать, что в ситуации хаоса дети ориентируются в своем поведении на поведение взрослых. Если родители полностью во власти своей беспомощности, то дети также полны этим чувством. Если же родители или учителя, проявляя свое беспокойство за ситуацию, не поддаются ощущению уязвимости и бессилия, а обсуждают ситуацию максимально открыто, высказывают заботу о страхах детей, выслушивают и успокаивают их, тогда дети под защитой своих попечителей могут чувствовать себя в безопасности.

Взрослым нелегко контролировать свои чувства страха и беспомощности в такой экстремально кризисной ситуации, как война. Далее приводятся некоторые техники, которые могут помочь сохранить равновесие разума и чувств в это трудное время:

### **1.2.1. Короткие упражнения для релаксации**

Если уже имеются знакомые методы релаксации – подтолкните людей к их использованию. Найдите короткие упражнения, которые могут занять всего несколько секунд или минут. В ситуации кризиса более протяженного времени для этого может и не быть.

Дыхание.

Выдохните. Убедитесь, что ваши ноги прочно стоят на поверхности – наступите на правую, затем на левую ногу, ощущая их твердый контакт с полом. Сделайте глубокий вдох. Вдохните и выдохните. Выдох должен быть в два раза дольше, чем вдох. Повторите это упражнение трижды.

Расслабление мышц.

Сожмите кулаки как можно сильнее. Задержите дыхание на две секунды. Выдохните и одновременно разожмите ваши руки. Повторите упражнение трижды.

Это самые простые упражнения, взятые из методики прогрессивной мышечной релаксации по Джекобсону (Jacobson's Progressive Relaxation Techniques), которые могут выполняться практически в любой ситуации. Более сложная форма включает последовательное напряжение всех групп мышц тела с последующим расслаблением.

Обратный счет.

Глубоко вздохните и считайте от 10 до 1.

Короткие молитвы и мантры.

Верующие люди часто черпают силы в кратких молитвах и мантрах. Регулярная практика может помочь им использовать этот ресурс в ситуации кризиса.

### 1.2.2. «Внутренний островок безопасности»

Это упражнение работает с воображением человека (Reddemann, 2011). Оно должно делаться в безопасной ситуации (не проводите этот тренинг в ситуации стресса или в ситуации, когда участники уже испытывают страх из-за начавшихся боев, забастовок и пр.)

Порядок действий:

Убедитесь, что участники расположились удобно (сидя или лежа на полу).

- Предложите им сделать несколько глубоких вдохов.
- Предложите им закрыть глаза или – если с закрытыми глазами они чувствуют себя некомфортно – зафиксировать свой взгляд на определенной точке на полу или стене.
- Все молчат и только слушают ваш голос.
- Теперь предложите участникам представить себе, что они отправляются в их личное, безопасное для них место. Это может быть реальное место, где они бывали в прошлом, или же место, существующее только в их воображении. Это место принадлежит только им, оно абсолютно безопасно. Ничего нежелательного в этом месте быть не может.
- Помогите представить это место с помощью следующих инструкций:

Посмотрите вокруг – какая обстановка в вашем безопасном месте? Какое время дня? Вы там одни или есть другие люди? Какие запахи вы ощущаете? Какие цвета видите? Что там за звуки?

Найдите себе уютное место для отдыха в вашем безопасном пристанище. Почувствуйте себя там комфортно.

- Позвольте вашим участникам побыть там, скажите им: «Дайте себе насладиться какое – то время». В помещении должно быть в это время тихо.

- Через несколько минут пригласите участников «вернуться»: «Давайте пока покинем ваше прибежище. Встаньте, посмотрите вокруг и скажите: „До свидания“ и „Я еще вернусь сюда“ и медленно возвращайтесь обратно. Когда вы вновь окажетесь здесь – откройте глаза».

- Предложите участникам потянуться, как после хорошего ночного сна.

Повторение этого упражнения под руководством тренера может быть очень полезным. Когда безопасное место зафиксируется у участников, скажите им, что этот «внутренний островок безопасности» существует для них всегда, никто не может забрать его у них. Они могут посетить это место в любое время. У человека может быть не одно такое место.

При выполнении этого упражнения убедитесь, что каждый чувствует себя в безопасности. Во время «посещения» островка безопасности, проверьте, расслаблены ли участники, сконцентрированы ли они на своем внутреннем мире. Если это не так, верните их как можно скорее в реальную обстановку.

Есть несколько идей, призванных помочь взрослым справиться с ситуацией кризиса. Разным людям подходят разные помогающие техники. Они могут поделиться ими с другими, в том числе и с детьми.

## 1. Допущение регресса

Часто в ситуациях кризиса от детей ожидают, что они будут вести себя по-взрослому. Несмотря на то, что именно этого требует ситуация, детям все же должно быть позволено иногда оставаться детьми и вести себя по-детски.

Если груз постоянного страха становится непереносимым, регресс к более ранним стадиям развития, когда жизнь была стабильной и маленький мир ребенка был безопасным, становится психологической формой самозащиты.

Подобный регресс может выражаться в различных формах поведения. Ниже приводится несколько примеров:

- Некоторые дети во время кризиса остро нуждаются в физическом контакте - иногда почти как младенцы (так они себя чувствуют в безопасности). Это реальная потребность, которая должна быть удовлетворена, по крайней мере на какое-то время. Родители, учителя, попечители должны позволить детям, если это необходимо, находиться к ним максимально близко.

- У некоторых детей может возобновиться энурез. Важно понимать, что это нормальная психологическая реакция ребенка, за которую его нельзя порицать. Наоборот, нужно узнать у ребенка, что его беспокоит. Если проблема остается, найдите практическое решение - так, чтобы ребенок не чувствовал себя при этом виноватым в том, что он не в состоянии себя контролировать.

- Даже дети постарше будут плакать, если страх и ужас станут труднопереносимыми. Позвольте детям выражать свои чувства. Дайте им понять, что сильные люди тоже иногда могут плакать, и это помогает им собраться с силами, чтобы двигаться дальше.

- Дети могут испытывать особенно сильное чувство тревоги, если во время кризиса они оторваны от родителей. Объясните им насколько возможно, почему это случилось и когда они снова увидят своих родителей. Убедитесь, что вы сможете сдержать все ваши обещания (если, например, вы пообещали, что заберете ребенка в 12, будьте там за несколько минут до 12-ти!).

- Относитесь к страху людей серьезно. Не вините человека, если он испугался, особенно ребенка. Постарайтесь успокоить ребенка в такое тяжелое для него время.

## **2. Сохранение нормального образа жизни**

Если это возможно, дети должны продолжать вести привычный образ жизни с присущими им обязанностями: ходить в школу, делать домашние задания, помогать взрослым по дому и т. д.

Сразу после травматического события может понадобиться некоторое время, чтобы пережить первичный шок, во время которого привычная повседневная жизнь может быть отложена. Но как только пройдет пара дней, полезно как можно быстрее вернуться к привычному образу жизни.

Обычный распорядок дня поддерживает детей в преодолении ими травматических ситуаций и помогает понять, что обычная, нормальная жизнь еще существует.

Если родители слишком подавлены какими-то травматическими событиями, то в установлении для детей обычного режима существования могут помочь учителя и социальные работники.

### **3. Создание «островков стабильности»**

Детям может помочь (особенно на пике критической ситуации), если вы создадите для них островки безопасности – ситуации, когда, несмотря на общую нестабильность, окружающую их, они смогут почувствовать себя в безопасности хотя бы на один день. Приведем примеры таких ситуаций.

Играйте с детьми. Игры в такие тяжелые времена должны вовлекать всех детей, не создавая между ними соперничества. (Там, где есть победитель, всегда есть побежденный – а этим детям и так приходится иметь дело с потерями, поэтому нет никакой необходимости для них сталкиваться с этим еще и в игре).

Вот некоторые примеры таких игр:

- Хлопанье в ладоши. Все участники встают в круг и передают хлопок от одного к другому. Начинают медленно, затем – все быстрее. Дети должны успеть среагировать – после одного хлопка он передается в том же направлении, после двух – в противоположном.
- Движение, передающееся по кругу. Один ребенок начинает с какого – то движения по своему выбору. Каждый повторяет это движение, и оно идет по кругу, как волна. По завершении круга следующий ребенок предлагает другое движение и тоже «запускает» его по кругу. И так до тех пор, пока все дети не «запустят» свое движение.
- Один ребенок произносит слово, которое может быть началом предложения. Следующий ребенок повторяет это слово и добавляет к нему второе и т. д. Чтобы выстроилось предложение, слова должны соответствовать грамматическим правилам. Обратите внимание на то, какие предложения строит группа.
- Можно сделать похожее упражнение на доске: первый ребенок рисует одну линию, второй продолжает, добавляя следующую – каждый ребенок может нарисовать одну или две линии. В конце концов, мы получаем картинку, нарисованную всей группой. Затем можно попросить кого-нибудь стать «экспертом по искусству» и объяснить, что он видит на картине.

Вы можете придумывать игры сами.

Для подобных игр почти не нужны вспомогательные материалы, они могут продолжаться всего несколько минут или, если нужно, дольше.

Воодушевляйте детей на игру! Создайте им пространство для игр!

Все дети любят слушать истории. В своем воображении они отправляются в те места, о которых идет речь. В моменты стресса истории работают почти так же, как «островки», потому что дети получают возможность ненадолго присесть и послушать историю, где в мире все хорошо и где все в конечном счете ведет к счастливому концу.

Полезно рассказывать детям позитивные истории перед сном, чтобы успокоить их и избавить от боли.

#### **4. «Переходные объекты»**

Детям могут понадобиться объекты, которые представляют их близких и которые могут помочь справиться со страхом и разлукой. Следовательно, детям необходимы, например, маленькая игрушка, подаренная отцом, или изображение матери и т. д. Нужно разрешить им держать эти вещи при себе всегда, куда бы они ни шли, даже в школу. Это особенно важно для детей помладше, которые порой чувствуют себя безопасно, только если игрушка, или мишка, или даже какой-нибудь лоскуток одежды – постоянно с ними. Разрешите им это! Детям же, у которых нет такого переходного объекта, стоит предложить выбрать его для себя.



## **5. Ритуалы**

Ритуалы могут помочь контролировать страх через создание неких рутинных, нормальных шаблонов поведения. Ритуалы, которые проводят коллективно, создают также чувство принадлежности к группе, которое помогает уменьшить постоянно угрожающее чувство одиночества и беспомощности.

Семьи могут выполнять ритуалы регулярно, например, каждое утро и каждый вечер (для некоторых семей это может быть в религиозном контексте). Школьные классы или детские клубы также могут выполнять ритуалы – как существующие традиционные, так и специально созданные. Все они могут помочь восстановить ощущение безопасности, стабильности и обрести защиту под сенью группы.

## **6.1. Возможность говорить и слушать**

Рядом с детьми должен быть взрослый, к которому они могли бы обратиться и рассказать о своих страхах и проблемах. Посоветуйте родителям чаще спрашивать детей об их самочувствии. Посоветуйте учителям также предоставлять ученикам свои кабинеты для того, чтобы всем классом поговорить об их чувствах и переживаниях (это особенно важно сразу после катастрофы). Старшие члены сообщества или дальние родственники тоже могут взять на себя роль слушателя. Иногда ребенку легче поделиться с тем, кто не является его близким родственником.

Детям нужно место для того, чтобы они могли рассказать о пережитом ими ужасе. Предоставьте им такое пространство, но ни в коем случае не заставляйте их говорить, просто предложите.

Позвольте им задавать вопросы и отвечайте на них серьезно!

У детей должна быть возможность задавать вопросы. Важно выслушивать и воспринимать их серьезно и всегда отвечать правдиво! Мы не защищаем детей, скрывая от них неудобные ответы! Если умер член семьи, то ребенок должен знать правду. Допустите, что ребенок может заплакать.

Даже если может показаться, что в какую-то минуту солгать легче, это может привести к серьезному риску эмоционального отдаления ребенка от остальных членов семьи. Все остальные члены семьи в курсе дела, и только ребенок остается наедине со своими, часто ужасными, фантазиями о том, почему близкого человека нет больше рядом.

Даже если обстоятельства неясны, поделитесь той информацией, которой владеете и объясните ребенку, что больше вы не знаете ничего. Тогда у ребенка будет возможность горевать вместе с семьей, а общая правда сблизит членов семьи, они смогут поддерживать друг друга в ситуации смятения и кризиса (и даже маленький ребенок станет здесь значительным ресурсом).

Важно облекать ответы на вопросы детей в такие слова, чтобы они были им понятны. Поэтому честный ответ потребует времени, но дети часто, достигнув в разговоре определенной точки – когда им кажется, что они услышали достаточно, – прерывают объяснения взрослого. Уважайте их желания.

Дети вырабатывают свою собственную форму копинга. В школе особенно полезно делиться разными такими формами – тогда дети могут учиться друг у друга лучше справляться с ситуацией кризиса и страха. Эти формы могут включать церковные службы, игру на музыкальных инструментах, пение, общение с друзьями, посещение какого-либо интересного места и т. д.

Дети 4-6 лет могут иметь даже воображаемых друзей. В своих фантазиях они могут выбрать для себя сильную, могучую фигуру, которая защищает их и которая всегда занимает их сторону в опасных ситуациях. Позвольте детям иметь такие фантастические формы защиты. Как только в них отпадет необходимость, они исчезнут.

## **6.2. Ролевые игры**

Некоторые дети не станут говорить о том, что с ними произошло. Но они могут воспроизвести самое важное из случившегося в ролевых играх – вместе с другими детьми, с помощью кукол, фигурок или мягких игрушек.

Эти ролевые игры могут помочь интегрировать как ситуацию, так и чувства, связанные с ней. Иногда в таких играх дети даже находят весьма полезные пути преодоления страхов и скорби.

### **6.3 Рисование красками и карандашами**

Многие дети – независимо от того, способны они говорить о том, что произошло или нет – смогут выразить свой тяжелый опыт, как только вы дадите им листок бумаги и карандаши. Позвольте детям создать свое маленькое произведение искусства. Вы можете попробовать поговорить с некоторыми детьми об их рисунках – но не заставляйте их делать это через силу. Иногда рисование – единственная возможность самовыражения для ребенка. В случае, если ребенок рисует одну и ту же сцену снова и снова, может быть важно и полезно обратить особое внимание на сюжет его картины.

#### **6.4. Дневник**

Детям постарше часто удобнее выразить себя через записи. Таких детей надо поощрять к ведению дневника – своего рода друга, которому они могут рассказать все и всегда. Может быть, некоторые из них даже напишут серьезные отчеты о происходящем.

## **7. Дети и скорбь**

Если член семьи убит, серьезно ранен или пропал без вести, его родители могут быть слишком потрясены, чтобы дать выжившим детям необходимую им заботу. В таких случаях, в этот момент скорби, менее пострадавшие члены семьи (тетя, кузина и т. д.) должны особо позаботиться о детях и их потребностях.

И опять – жизненно важно отвечать на вопросы детей серьезно и честно. Никогда не отрицайте, если кто-то умер. Священники, монахи и монахини могут также помочь в подобных ситуациях – религия, как правило, имеет свое представление о жизни после смерти и дает свои надежды.

В особо тяжелых ситуациях, когда потерян ребенок, помогите родителям оставаться заботливыми по отношению к их выжившим детям (часто случается, что на первоначальной стадии скорби родители чувствуют такую тесную связь с покойным ребенком, что для того, чтобы заботиться о выживших детях, нуждаются в помощи извне, – до тех пор, пока сами не станут вновь о них заботиться).

## 8. Забота о себе

Последнее, но не менее важное.

То, что вы поддерживаете детей и взрослых в таких тяжелых ситуациях значит для них и для всего сообщества очень много. Но, пожалуйста, не забывайте о себе. У вас должно быть достаточно времени для отдыха, для того, чтобы вы могли произнести ваши собственные молитвы и восстановить силы. Найдите кого-либо, кому вы могли бы рассказать о нагрузке, которую несете, о тяжелой ситуации, которую вы прорабатываете.

Для кризисных ситуаций существуют зарекомендовавшие себя международные стандарты, определяющие, как именно местные, национальные и международные организации по оказанию психосоциальной помощи должны это делать непосредственно после катастроф. Для оптимизации совместных действий ООН и международных организаций по оказанию помощи был основан Межучрежденческий постоянный комитет (IASC). Совместными усилиями многих организаций в рамках данного комитета в качестве важного стандарта успешной работы в кризисных обстоятельствах в 2007 было разработано «Руководство по охране психического здоровья и психосоциальной поддержке в условиях чрезвычайных ситуаций гуманитарного характера» (см. Приложение). Группой риска, которой организациями по оказанию помощи следует уделять особое внимание, в нем названы дети, оторванные от своих семей.

Существуют психосоциальные программы, разработанные с целью оказания помощи после больших катастроф целым группам населения. В качестве примера представим три из них:

- Психологическое обучение после геноцида в Руанде; - Групповая психотерапия в одной из деревень в Чили; - Консультации по психотравме на востоке Шри-Ланки.



## 2.1. Психологическое обучение после геноцида в Руанде

Эрвин Штауб и Лори Энн Перлман (Staub, Pearlman, 2006) работали с выжившими после геноцида в Руанде, который летом 1994 г. стоил жизни почти миллиону человек. Программы обучения для общин были разработаны совместно с местными неправительственными организациями и основаны на пяти тематических разделах:

Как нечто полезное во всех кризисных ситуациях и в горячих точках зарекомендовало себя то, когда люди осведомлены о воздействии и последствиях психических травм, потому что так они могут лучше разобраться в своих собственных страданиях и освобождаются от чувства беспомощности. Такого рода общая информация может распространяться в рамках образовательных программ для целых групп или сельских общин.

*«Несмотря на некоторые разногласия по поводу необходимости для выживших говорить об их травматическом опыте... большинство клинических и эмпирических данных свидетельствует о том, что для многих это полезно. Пережившие внезапную, травматическую утрату нуждаются в некоторой базе для осознания травматического горя и необходимости скорби»*

Это совпадает с моим собственным опытом работы в Южной Азии и работы с беженцами с различных континентов. Часто люди воспринимают собственную симптоматику как дополнительную проблему и более всего они испытывают страх «сойти с ума». Обладая информацией о психических реакциях на тяжелую травматизацию, они могут лучше понять самих себя и членов семьи. Благодаря этому ситуация приобретает более четкие очертания и можно держать ее под контролем.

*«Люди часто считают свои страдания уникальными. Знание того, что другие также прошли через подобные муки, а также изучение психологических и социальных корней насилия может помочь людям увидеть их общность с другими»*

Тяжело травмированные часто чувствуют себя отрезанными от мира. Они не могут ни с кем поделиться пережитым ужасом. Благодаря совместным просветительским программам, в ходе которых могут высказываться и их участники, становится возможным поделиться опытом с другими, сравнить и понять относительный характер этого опыта и, главное, признать его.

Наряду с информацией о последствиях тяжелых психических травм и о понятии скорби, необходима также информация о том, как облегчить страдания: что можно сделать для собственного психического здоровья и как можно помочь остальным членам семьи и общины. Всегда очень полезно узнать об уже проявивших себя стратегиях. Здесь можно задействовать большой, целебный для всех, потенциал.

Создаются возможности выразить пережитую несправедливость, печаль по убитым и тревогу за пропавших без вести. Есть место, где можно порисовать красками или карандашами, можно сочинять и читать вслух тексты или обсуждать происходящее в маленьких группах.

Так же как и описанные выше формы совладания непосредственно во время и между травматическими событиями, невербальные художественные формы являются для многих людей возможностью выразить то, что нельзя выразить словами. Языковые возможности, такие как написание стихов, сказок, текстов и т. п. могут помочь человеку создать свой нарратив, свою историю того, что трудно поддается пониманию.

Таким образом, может быть также создано место памяти об убитых или пропавших без вести.

Штауб и Перлман (Staub, Pearlman, 2006) указывают на один важный аспект: посттравматическое стрессовое расстройство может затронуть не только непосредственно пострадавших, но и очевидцев, и тех, кто оказывает помощь. В своей программе в Руанде последние работали прежде всего с журналистами и главами общин. Было важно поразмышлять не только о тех, для кого программа была предназначена, но и о собственных чувствах, возникающих от выслушанных историй и касающихся отношений с пострадавшими. Необходимо было разработать формы личной психогигиены (см. также гл. IX).

## 2.2. Групповая терапия в одной из деревень в Чили

Если остальные представленные здесь модели созданы для всех кризисных ситуаций в общем, среди которых встречаются также и ситуации, когда люди пропадают без вести и поэтому близкие нуждаются в специальном сопровождении, то следующая программа направлена конкретно на членов семей пропавших без вести.

Карлос Мадарияга (Madariaga, 1992) описал работу организации CINTRAS в чилийской коммуне Парраль. 29 жителей, прежде всего фермеры, исчезли там во времена режима Пиночета. Через 17 лет после насильственного исчезновения мужчин коммуна попросила о психосоциальной помощи. Каждую неделю в Парраль ездили психиатр и социальный работник. Три часа отводилось на индивидуальную психотерапию, два часа – на работу с группой и два часа – на социальную поддержку семей.

Так же как и в других странах, нашими клиентами в первую очередь были матери, которые больше остальных занимались поиском пропавших близких и которые сильнее других страдали от неизвестности. И, как и в других случаях, отдельные женщины находили опору прежде всего в солидарности матерей друг с другом.

Мадарияга и его команда наблюдали, что члены семьи, относившиеся к одному поколению с пропавшими без вести, почти не занимались поиском и не предъявляли требований ясности и справедливости. Они демонстрировали отрицание или попытки разумного объяснения травматического события.

Часто дело доходило до их отдаления от членов семьи, продолжавших поиск, в некоторых случаях – даже до приравнивания последних к преступникам. Основную причину такого поведения Мадарияга видит в страхе быть обвиненными в политическом сотрудничестве с жертвами, ведь тех часто подозревали в преступных действиях. Несколько таких «преступников» во время проведения программы продолжали жить в деревне как уважаемые граждане.

В такой обстановке был запущен проект Cintras. В групповой психотерапии участвовало в среднем по 18 человек. Групповой процесс Мадарияга описывает как состоящий из четырех фаз:

В первой фазе речь шла об установлении атмосферы доверия и надежности, на основе которой можно было бы высказывать все имеющиеся сомнения и страхи. Для этого применялись вербальные и невербальные методы.

Когда был достигнут достаточный уровень надежности, группа решила поехать в соседний город, чтобы обратиться в комиссию по установлению истины и подать заявление о насильственных исчезновениях родственников.

Во второй фазе команде консультантов требуется более точная информация о психологических страданиях, отягощенных позже приватизацией травматического опыта. Людей побуждали к рассказам как свидетелей. Членами группы это было принято положительно.

*«В том объеме, в котором каждый отдельно взятый узнавал в рассказах других свою собственную историю, первоначальные намерения... рассказать о личном опыте сменились на чувство солидарности и принятие чужой боли. Интеграция когнитивного уровня в этой фазе процесса позволила обмен мнениями и коллективную рефлексию»*

Как главный конфликт обозначилось отрицание смерти.

*«Всех близких связывал „общий знаменатель“: индивидуальный психологический защитный вал, спрятавшись за которым они боролись за жизнь своих пропавших близких, будь то через фантазию, надежду или предчувствие (...я знаю, что он жив; возможно, конечно, что его, как и многих, тоже убили, но что-то подсказывает моему сердцу, что он жив, – в конце концов, я его мать...)»*

Это отрицание поддерживалось и 17 лет спустя после исчезновения, и после того, как уже были найдены останки, однозначно идентифицировать которые было, однако, невозможно.

Группа достигла третьей фазы в совместном процессе. Желание преодолеть личную боль и вновь обрести эмоциональную стабильность было очень велико. Официальное расследование и нахождение останков в данном регионе позволили еще раз оживить прошлое и в свете новой информации переоценить и принять потери. В этой фазе родственникам необходимо прийти к:

*«...четкому и ясному пониманию реальности, которая оставила им одну, единственно возможную судьбу для пропавших близких – смерть»*

Четвертая и, пожалуй, самая длительная фаза – это скорбь и поддержка скорбящих. К сожалению,

мне не известны никакие сообщения Мадарияги о сопровождении в этой четвертой фазе в Паррале, хотя десять лет спустя он размышлял о работе в своей организации CINTRAS:

*«Опыт безнаказанности на юге Южной Америки сталкивает нас с отсутствием правды и ответственности за преступления, совершенные диктатурой, с постоянным бременем стресса для жертв и их семей. Это новый вид постоянной травмы, которая проецирует себя как бесконечная во времени и усугубляет психическое истощение людей»*

Несмотря на пессимизм, сквозящий в последней цитате, который можно объяснить тяжелой политической ситуацией и бесконечностью группового процесса, я нахожу данный проект для общин очень перспективным для близких пропавших без вести.

Они больше не одни в поиске своих близких и в скорби. Благодаря сторонней помощи они развивают собственную инициативу и перестают быть беспомощными и бессловесными.

После того как 26 декабря 2004 г. цунами опустошило обширные пространства побережья Южной Азии, и при этом погибло или исчезло бесчисленное множество людей, в феврале и летом 2005 г. я работала в различных регионах этого островного государства – прежде всего в области обучения и повышения квалификации так называемых «босоногих консультантов».

Речь идет о молодежи, оказывающей психосоциальную помощь, не обладая при этом достаточным психологическим образованием. Они работают под руководством опытного психолога или психологического консультанта. На тот момент психосоциальная помощь в Шри-Ланке была очень ограничена, и эти непрофессионалы, немного обученные для этой работы, представляли собой единственный ресурс для психологического консультирования.

В сотрудничестве с местными и международными НПО, университетом Клагенфурта (Австрия) и Центром психологической помощи Шри-Ланки мы разработали трехлетнюю программу по обучению психологических консультантов. Это обучение проходило «без отрыва от производства», поскольку из-за тяжелой природной катастрофы и предшествовавшей ей войны главной была практическая деятельность. Поначалу семинары концентрировались прежде всего на конкретной повседневной работе и только впоследствии перешли к теоретическим основам. Нашу программу нужно было адаптировать к местным условиям:

Сразу после крупной природной катастрофы и на фоне растущего политического напряжения мы касались теоретических концепций лишь настолько, насколько это было необходимо для непосредственной работы команд. Теория иллюстрировалась примерами из жизненной практики.

Конечно, это шло вразрез со всеми обычными учебными планами, но в той ситуации было неизбежно. Уже до начала обучения консультанты работали с тяжелейшими случаями травматизации. Как тренеры мы видели свою задачу в том, чтобы максимально поддержать их в тяжелой работе, снабжая их точной практической информацией, анализируя случаи и планируя следующие шаги на супервизии, а также предлагая теорию – но лишь в объеме, необходимом в данном контексте. Только на втором году обучения стало возможно подробно изучать теоретические основы, на которых базировались интервенции.

В семинарах отразилось наше главное желание – как можно быстрее вновь обеспечить «нормальное» существование выжившим жертвам цунами. Для молодых консультантов, которые и сами потеряли родственников и друзей и постоянно сталкивались с этой проблемой, было большим испытанием понять и принять, что исцеления в смысле полного возврата на исходные позиции быть не может. В групповой работе и дискуссиях ярко проявилось, насколько важна поддержка близким пропавших без вести – в связи с пребыванием их в полной неизвестности.

Что может предложить психологическая консультация?

## **1. Постоянное сопровождение родственников пропавших без вести**

На случай «обычной» смерти в разных социальных слоях и религиях Южной Азии известно множество полезных ритуалов: после того как кто-то умирает, родные, соседи и друзья собираются вместе, и существуют четкие правила, кто и в какой форме помогает скорбящим родственникам. Даже по прошествии первичного траура есть формы поддержки, которые должны облегчить переход к жизни без любимого человека. Если же человек пропал без вести, ни одно из этих правил неприменимо. Поэтому поддержка, поступающая извне социального окружения, как, например, психологическая консультация, – зачастую единственная помощь, которую могут получить близкие пропавших без вести.

Своим профессиональным сопровождением консультанты могут дополнить поддержку семьи и друзей или даже заменить ее там, где в силу тяжелых обстоятельств ее нет совсем. Отчаяние из-за того, что близкого человека нет рядом, чрезвычайно сильно, а социальное окружение поддержки родственникам пропавших без вести зачастую не оказывает. Поэтому психологический консультант становится тем, кто, благодаря регулярным сеансам, дает хоть какое-то ощущение стабильности и защищенности, потерянное из-за исчезновения любимого человека.

## **2. Активное слушание, поощрение положительных воспоминаний**

Многим родственникам хочется говорить о своих близких, хотя, чтобы прийти к этому порой требуется много времени. Чутко и внимательно заданные вопросы могут вызвать положительные воспоминания о человеке, о времени, предшествующем катастрофе. Воспоминания о травматических последних минутах (например, перед тем как близкого человека смыло волной) должны быть уравновешены хорошими воспоминаниями, что позволит сохранить в памяти все связи с родственником, а не только последние моменты его исчезновения.

Помочь при этом может фотография, на которой изображен пропавший без вести и, глядя на которую, можно задать вопросы о том, что с ней связано, о возрасте человека и его жизни на тот момент, когда она была сделана, о других людях, которые на ней изображены и пр. В большинстве случаев, фотографии на память делаются по радостным поводам, и в идеальном случае, задавая вопросы, можно оживить позитивные воспоминания.

### **3. Выявление представлений родственников о судьбе пропавшего без вести**

Отвечая на осторожные вопросы консультанта, родственники постепенно осознают, что они сами думают о судьбе пропавших без вести. Эти представления могут со временем меняться, поэтому повторение время от времени этих вопросов может принести пользу. Иногда таким образом для близких становится возможным понимание своего собственного процесса принятия потери. Со стороны консультанта здесь не требуется никаких комментариев, не говоря уже об оценке.

Задача консультанта скорее в том, чтобы повторить и резюмировать услышанное, воспроизводя таким образом полученную информацию, и, благодаря этому, дать пострадавшему шанс разобраться со своими внутренними процессами и конфликтами, возникшими вследствие исчезновения.



#### **4. Принятие представлений и убеждений родственников**

Месяцы спустя после цунами шансы, что пропавшие люди живы, близки к нулю. Если же близкие по-прежнему держатся за свое убеждение, что их родные живы, то необходимо это принять. Для многих жертв катастрофы эта надежда – единственное, что позволяет им идти дальше и справляться с повседневной жизнью.

А те выжившие, которые потеряли многих близких или даже всю семью, видят в вере в то, что хотя бы кто-то остался жив, весь смысл своей жизни.

## **5. Сетевая помощь**

Поиск близких может быть поддержан различными сетевыми методами. Такие организации, как служба поиска Красного Креста и Красного Полумесяца разработали инструменты помощи родным в их поисках пропавших без вести родственников. В случаях, когда вероятность смерти пропавших родственников велика, особенно необходимо время, чтобы предпринять этот шаг. Активный поиск возможен, только когда родственники почувствуют себя способными справиться с вероятным известием о гибели дорогого человека.

## 6. Ритуалы

Консультация может помочь найти правильные ритуалы для случаев особых потерь, подготовить и провести их. Это касается индивидуального, семейного или общинного уровня.

В учебной программе на Шри-Ланке мы представили ряд основных западных концепций процесса и форм осложненной скорби.

*«Сначала студенты были заинтересованы в изучении и использовании только этих западных концепций. Но как только концепции начали приобретать для участников реальный смысл, они обнаружили, что предпочитают другие пути. Постепенно студенты глубоко проникли в свою историю, культуру и пришли к идее изучения и интеграции основных смыслов тех процессов, которые были им известны всегда. Консультирование по психотравме открыло путь к более сложным, содержательным и интегративным процессам.*

*Всех члены нашей группы сами претерпели многочисленные потери при ужасных обстоятельствах, когда молодые люди погибали неожиданно и насильственно. Некоторые видели тела погибших, другие же должны были справляться с потерями без подобных „доказательств“. Часто все связи были прерваны, и потеря происходила без возможности попрощаться. Клиенты всех членов группы тоже пострадали от многочисленных потерь – иногда даже потеряв всю свою большую семью, а не только самых близких»*

Из такого процесса обучения и самопознания команда разработала ритуал скорби для общины одной деревни, на которую семь лет назад во время войны было совершено нападение. Тогда погибли 44 жителя этой деревни, но провести должный ритуал поминовения погибших было невозможно. Поэтому теперь в течение полугода готовилась церемония для седьмой годовщины:

*«Жители деревни вместе с монахами и командой Центра психосоциальной помощи на Шри-Ланке (СРС) решили провести в главном буддийском храме обряд, который должен был продолжаться два дня и одну ночь. Обряд начался с приготовления трапезы. Члены общины вместе с нашими учащимися пришли к стенам храма и стали готовить специальные блюда для всех участников ритуала. Пока они чистили овощи и рыбу, у них была возможность пообщаться друг с другом.*

*На рассвете все пошли переодеваться. Белый цвет символизирует горе. Соответственно, все мы были одеты в белый и другие светлые цвета. В знак уважения женщины из нашей команды были в традиционных сари. После захода солнца начался обряд Бодхи Пуджа, который затем продолжился проповедью. Ночная служба завершилась трапезой для всех участников. Некоторые из них всю ночь молились и медитировали в храме. Следующее утро началось с короткой церемонии и продолжилось еще более интенсивным приготовлением специальных блюд. В полдень приступили к молитвам и раздаче милостыни. Это была самая существенная часть двухдневной программы. Подаяния были розданы нуждающимся детям; во имя 44 жертв в местную аптеку были переданы медикаменты. Совместная трапеза ознаменовала конец ритуала. Церемония прошла в печальной, мирной атмосфере. Община тепло приняло команду СРС как помощников и организаторов.*

*Через несколько месяцев наши студенты сообщили о положительном эффекте проведенного обряда. Люди в общине стали более свободно говорить о погибших и о своих мыслях и чувствах, касающихся произошедшего. В сентябре 2007 года община уже самостоятельно организовала ритуал в честь восьмой годовщины трагедии»*

## 1. Фазы скрытой скорби и завершение отношений

В работе с психологическими консультантами, преподавателями и социальными работниками на Шри-Ланке и в ходе рефлексии и анализа различных случаев выкристаллизовалось множество общих пунктов. На основании этого богатого опыта мы разработали фазовую модель, описывающую процесс, который переживают многие родственники пропавших без вести. Фазы могут накладываться друг на друга, и не все они проявляются у каждого пострадавшего. Тем не менее, я думаю, что эта модель может быть полезной для понимания реакций на исчезновение родственников.

В первые часы и дни после исчезновения родственника люди заняты в основном тем, что разбираются со своим внутренним хаосом, в который их повергла катастрофа. Они пытаются удовлетворить лишь самые насущные потребности – свои и находящихся рядом с ними членов семьи. Часто, в случаях природных катастроф или вооруженных столкновений, много времени и внимания отнимает залечивание собственных ран и медицинский уход за родственниками. В это время надежда на то, что исчезнувшие просто вновь появятся сами или, по крайней мере, семья получит какие-нибудь сведения о том, что они живы, очень велика. Очень скоро, однако, начинается поиск пропавших. В некоторых случаях первая фаза продолжается всего несколько часов, в других – несколько дней или недель.

В большинстве случаев поиски начинаются, как только позволяет психическое или физическое состояние людей, т. е. после того, как преодолена реакция шока и вновь обретены какие-то устои и способность ориентироваться. При этом понимание масштаба катастрофы в сильно пострадавшем регионе и того, насколько изменилась жизнь, приходит лишь постепенно и стоит больших затрат энергии.

В первые дни и недели в качестве мест для обращения родственников выступают больницы, палатки с вывешенными фотографиями погибших, а также площадки и помещения, куда свозят трупы. В это время важно собрать всю информацию и оценить, насколько она полезна для получения сведений о пропавшем. Поиск близкого человека ставится во главу угла и определяет все существование выживших (см. также гл. V, раздел 2).

Родственники внимательно прислушиваются к любому маломальскому свидетельству того, что пропавшие без вести все еще живы, и это дает им повод к продолжению поисков. Часто смутные и неточные сведения становятся основанием для надежды. В этой фазе неделями и месяцами семьи упорствуют в своем поиске близких, стоящем им значительных усилий. Они не в состоянии допустить даже мысль о смерти. В поиск пропавших вкладывается много энергии и финансовых ресурсов. Кажется, что воссоединение с близкими становится единственной целью жизни. Но жизнь тем не менее идет дальше, необходимо решать повседневные задачи, которые касаются членов семьи, находящихся рядом. Переживается что-то, в чем исчезнувший человек больше не участвует.

Многие уже физически, психически и экономически истощены поиском своих родных. Некоторые пребывают в гневе и агрессии. Они чувствуют себя оставленными в беде властями, соседями и семьей и думают, что абсолютно одиноки в своем поиске – если бы только было больше воли к взаимодействию, было бы больше уверенности в том, что их близкие найдутся. Борьба снова и снова сменяется глубокой печалью и отчаянием, а также желанием хотя бы подобия нормальной жизни. Желание же, чтобы все наконец закончилось, зачастую ведет к новым попыткам поиска.

Любой намек на то, что пропавший без вести может быть мертв, энергично отвергается, на него следует агрессивная реакция. Если в этой фазе возникают первые сомнения в том, что пропавший выжил, реакцией на них также становится значительная интенсификация поиска.

Месяцы, а то и годы спустя после исчезновения у многих родственников начинается медленная и сложная форма скорби. Это тяжелый процесс, так как непонятно, окончательна ли потеря. Фактом же остается, что пропавших без вести больше нет среди родственников. Связь прервана, исчезнувший человек больше не делит с семьей повседневную жизнь.

Многое зависит от отношений с пропавшим и от последних встреч с ним, от планов на будущее, когда станет возможным принять потерю пропавших без вести и позволить себе жизнь без этих людей. Однако надо понять, что некоторые люди, потерявшие своих близких, могут страдать от этой потери всю свою жизнь.

Если скорбь возможна, то требуется поддержка окружающих, чтобы этот тяжелый шаг к принятию непреложности потери не был отягощен чувством вины. Скрытый процесс скорби длится существенно дольше, чем процесс скорби после очевидной потери.

Этот продолжительный, тяжелый и снова и снова прерывающийся вспышками надежды процесс переживают многие. Но есть и такие, кто никогда не будет скорбеть и всю жизнь надеется на

возвращение родных. Если пропавший все же возвращается, то непосредственная реакция на встречу и восстановление отношений сильно зависят от того, как ранее протекал процесс скорби.

## 2. Очередное насилие и новые травмы вследствие возвращения

В редких случаях действительно случается, что пропавших без вести находят живыми, и они возвращаются к своим близким. С психологической точки зрения это, разумеется, большое счастье, но нельзя недооценивать и связанные с этим трудности. Отношения должны быть приведены в соответствие с тем, что пережил как пропавший без вести, так и его родственники. Каждая сторона должна быть психологически способна выслушать, понять и принять все, что было пережито и сделано другой стороной за это время.

После своего возвращения Одиссей устраивает сражение с поклонниками жены. О том, что чувствовала при этом Пенелопа, греческий миф не сообщает. Была ли она согласна с этими убийствами? Как бы то ни было, мужчин она не отвергала, возможно, с течением времени кого-то из них выбрала бы себе в любовники или в кого-нибудь даже влюбилась бы. Может быть, в этом была причина того, что Одиссей так жестоко обошелся со своими конкурентами? При этом далеко не все время своего отсутствия Одиссей посвятил думам о жене, он ведь вступал в отношения с женщинами. Через этот акт жестокости снова восстанавливаются иерархические отношения между полами.

При вооруженных столкновениях женщин постоянно оскорбляют и используют как «военные трофеи». При разделе Индии и Пакистана, например, мусульманами были похищены около 33 000 индусских и сикских женщин, а, в свою очередь, индусы и сикхи похитили около 50 000 (ср.: Das, 2002). Когда между двумя странами дело дошло до соглашения о возврате женщин, это было сделано без уведомления самих женщин. Они стали объектами политических игр дважды, их потребности и чувства полностью игнорировались. У. Буталиа пишет:

*«Как теперь хорошо известно, многие семьи, которые ранее сообщали о пропаже своих женщин, теперь отказывались принимать их обратно, потому что они были „осквернены“ половыми контактами с мужчинами другой расы. Хуже того, у некоторых были дети, живые символы осквернения, что мешало принять их в семью»*

Женщины стояли перед страшным выбором – либо оставить своих детей, либо быть принятыми в своих родных семьях. Некоторые успели выстроить хорошие отношения со своими новыми мужьями и семьями. Но отношения были разрушены во второй раз, и никто не спросил женщин об их нуждах и желаниях.

В психотерапии, когда близкие возвращаются, речь, как правило, не идет о столь драматических решениях. Но ситуация тем не менее не всегда проста и поэтому требует профессионального вмешательства извне.

### 3. Утраченные и завершённые отношения

Может так случиться, что все отношения с нашедшимся человеком окончены и не могут быть восстановлены. Тем не менее и здесь задача психотерапевта или консультанта – поддержать клиента, помочь ему прийти к правильному решению и спланировать будущее, основываясь на его выборе:

Г-жа К. уже два с половиной года проходит психотерапевтическое лечение. Однажды в одном из телефонных разговоров с родственниками на родине она узнает о появлении своего мужа. Он был арестован, сидел в тюрьме и теперь, насколько она могла понять из телефонного разговора, тяжело болен физически и психически. Г-жа К. совершенно сбита с толку этим известием.

Два с половиной года назад она начала психотерапию после попытки самоубийства. Тогда она думала, что не сможет жить без своего мужа. Только дети удерживали ее – если бы не они, она вернулась бы на родину и отправилась на поиски мужа, даже если это угрожало бы ее жизни. На первом этапе психотерапии она представляла своего мужа как идеального спутника жизни.

Некоторое время спустя она высказывает весь свой гнев на мужа, который предпочел семье политическую деятельность. В этот период она в отчаянии от предательства мужа. Когда постепенно она начинает вспоминать о хороших сторонах отношений, в ее горе становится меньше отчаяния. Она начинает принимать бесповоротность разлуки. С этим связаны первые развлечения, которые она себе позволяет. Если поначалу она отказывала себе в праве участвовать в празднествах («Будем праздновать, только когда мой муж будет снова с нами»), то теперь она начинает принимать приглашения, хотя и объясняет, что это «для детей» («Детям же нужно что-то хорошее»). Она способна признать, что получает удовольствие от приглашений и разговоров с другими женщинами. Ей также становится интересна Австрия, и она все больше чувствует себя как дома.

Теперь, когда оказывается, что муж жив, в разрушенных и оплаканных отношениях г-жи К. ничего не меняется – она не готова взять на себя уход за ним. Конечно, она кается и чувствует себя эгоисткой. «Вы на самом деле думаете, что мне позволено так себя вести?» – без конца переспрашивает она на сеансах. Ей хочется, чтобы кто-нибудь разделил с ней это решение – не быть со своим мужем.

Г-жа К. рассказывает о реакции своих детей. Когда-то ей стоило большого мужества поговорить с ними об исчезновении отца. Теперь она боится рассказать им о его появлении. Ей требуется около недели, чтобы начать разговор с детьми. Предложение сделать это в присутствии психотерапевта отвергается – она поговорит с детьми сама.

Один из детей разделяет с г-жой К. ее точку зрения и согласен с решением оставаться в контакте с отцом только по телефону. Второй ребенок, сын, упрекает мать и хочет немедленно видеть отца. Он начинает планировать, что немного позже – как только он заработает денег – он поедет за отцом и заберет его в Австрию.

Этот случай интересен тем, что, невзирая на долгую неизвестность относительно исчезновения, г-жа К. проживает процесс скорби, который становится для нее необратимым. Это в значительной степени соотносится с описанными выше фазами скрытой скорби. Приняв разлуку как окончательную, она разрешает себе осознать отрицательные стороны своего брака и даже обсудить их на психотерапии. Одновременно с этим она получает удовольствие от своей новой роли европейской женщины – роли, которую ее муж никогда бы ей не предоставил.

Раскол в отношениях возник из-за того, что г-жа К. почувствовала себя брошенной своим мужем. Она вынуждена была в одиночку, с детьми, начать новую жизнь в чужой стране, хотя муж ее мог бы тоже бежать вместе с ними. Оглядываясь назад, понимаешь, что для нее это был тот самый момент, когда отношения оказались разрушены. И спустя полгода после того, как г-жа К. узнала, что ее муж жив, решение больше не видеть его остается для нее непреложным.

Чувство беспомощности, переживаемое при исчезновении близкого, кажется бесповоротным. Если ситуация исчезновения и время после него переживается как беспомощность и бессилие, то воссоединение ничего не меняет. Нормальная взаимосвязь может быть установлена, только если в этом будут участвовать обе стороны и обе они признают общую точку отсчета на пути к новым отношениям.

Пережитый – невзирая на сопротивление и попытку сохранить статус-кво – процесс скорби будет определять те отношения, которым теперь нужно дать новое определение. В отсутствие пропавшего без вести новые жизненные пути были уже выбраны, даже если это и произошло неосознанно. До определенного момента этот факт не нуждался в признании. Но при появлении пропавшего человека люди вынуждены столкнуться с уже предпринятым ими отделением от него и с собственной скрытой скорбью.

У консультирования и психотерапии опять же важная задача – помочь привести в порядок путаницу в чувствах и в принятии решений. Случаи сепарации людей друг от друга, подобные произошедшему с г-жой К., редки, но они демонстрируют, насколько важно в такой ситуации получить психологическую поддержку и прийти к решению.



#### 4. Необходимость научиться понимать и принимать время разлуки

Через критическое рассмотрение и готовность всех участников принять время разлуки и произошедшие в связи с ней изменения этим людям, возможно, удастся снова стать семьей.

Г-жа У. была на последнем сроке беременности, когда вместе со своей сестрой бежала из родной деревни от войны, бушевавшей в то время на ее родине. Роды прошли в крайне тяжелых условиях – без медицинской помощи. Пару месяцев спустя несколько мужчин хотели изнасиловать младшую сестру г-жи У. Но та встала между ними и вместо девочки сама оказалась жертвой этого изнасилования. С помощью родственников ей, наконец, удалось бежать вместе с сестрой и новорожденным сыном в Европу. Сейчас о многих своих близких она ничего не знает.

Несколько месяцев спустя после начала психотерапии, она узнает о смерти своей старшей сестры, которая также бежала в другую страну, где и умерла от последствий ранения. На этот момент скорбь – главное в нашей психотерапии, которая внезапно прерывается, когда вдруг муж г-жи У. дает о себе знать из одной из европейских стран, а через несколько дней появляется в Австрии. После первой радости начинаются сложности: отношения супругов отягощены историей с изнасилованием жены. С одной стороны, г-жа У. испытывает физические страдания из-за сексуального насилия, с другой стороны, она испытывает негодование по отношению к своему мужу, который не мог защитить ее в этой ситуации. Она, конечно, понимает, что он также бежал в то время и никакой вины за ним нет, но сексуальная жизнь супругов оказывается в это время весьма проблематичной.

Вместо индивидуальной психотерапии предлагаю г-же У. терапию для пары – у меня или у другого психотерапевта. Она принимает решение в пользу смешанного сеттинга: через раз на сеанс будет приглашаться муж. На этих сеансах им удастся поговорить друг с другом о том, как сильно травмирована жена тем жестоким изнасилованием, и о том, как бы им хотелось устроить свои отношения как паре. Сексуального контакта хотят они оба, только нужны новые, мягкие формы. Однажды муж говорит мне: «Дома с этой проблемой мы обратились бы к старейшинам. Раз здесь это невозможно, мы рады, что можем приходить к вам».

Г-жа У. беременна. В это время разговор все больше смещается из прошлого к планированию будущего. Имя, которое супруги выбирают для новорожденного, отражает надежду семьи – в переводе оно означает «утренняя заря».

Процесс в семье характеризовался множеством фаз – скорби, гнева, который нужно было контролировать, вины и стыда за то, что произошедшее невозможно было предотвратить, что муж не мог защитить свою жену. Темой было и оскорбление мужа – ведь у его жены был сексуальный контакт с другими мужчинами, что, как он, в свою очередь, понимал, было глубоко унижительно для жены. Именно такие иррациональные чувства с обеих сторон представляют собой большую опасность для хрупких отношений. Благодаря посредничеству психотерапевта обоим удастся осознать ее и ограничить. В психотерапевтическом кабинете им все чаще удается общаться между собой с уважением и признательностью – они пересказывают свои мечты и сны о взаимной страсти, и таким образом заверяют друг друга в своей преданности.

Отцу пришлось строить отношения и со своим уже двухлетним сыном, а сыну – с неизвестным ему отцом. Часто ребенок со своей искренностью и открытостью служит добрым посредником между родителями, когда те находятся в плену слишком напряженных отношений и взаимных упреков.

## 5. Новый старт отношений

Если семья начинает воссоединяться, консультация или психотерапия может сыграть очень важную роль: создается пространство, где можно высказаться и быть услышанным, пережитое порознь прошлое будет осознано и признано обеими сторонами, можно оплакать это потерянное друг для друга время и в идеальном случае построить основу для новых добрых отношений.

Г-н К. попал на психотерапию после психиатрической лечебницы. Он много плакал, с трудом справлялся со своей новой жизнью в Австрии и вообще вел себя как ребенок. За два года психотерапевтического процесса он приобрел уверенность в себе. Если поначалу он совсем не говорил о своей молодой жене, то в течение второго года тревога о ней была нашей центральной темой.

Ему, после многомесячного отсутствия связи, снова удалось поговорить с ней по телефону, и теперь он очень озабочен ее положением военной беженки вблизи границы его родины. Тревога усилилась, когда связь вновь оборвалась, и никто не мог сказать, где находится его жена. Он снова впал в состояние регресса, похожее на то, каким оно было в начале психотерапии. Постепенно его удалось стабилизировать: где бы ни была его жена – если ей потребуется помощь, он – как муж – должен быть в состоянии адекватно отреагировать.

В этой фазе стабилизации, которая пришла с началом получения им профессионального образования, произошло нечто совершенно неожиданное: приехала его жена! Дядя обеспечил ей побег и переезд к мужу в Австрию. Хотя г-н К. и испытывает некоторое потрясение в связи с такой ситуацией, благодаря помощи социальных работников нам удается быстро создать для супружеской пары стабильную базу для жизни в Европе.

Г-н К. приводит свою жену на сеанс психотерапии, чтобы представить. Его манера держать себя изменилась. Он – тот, кто обладает в этой стране знанием языка и культуры и, с другой стороны, гордится своей молодой, симпатичной и умной женой. Небольшое путешествие к друзьям, которое пара совершила через два месяца после приезда г-жи К., – это что-то вроде запоздалого медового месяца и, благодаря этому, – хорошее начало для нового совместного будущего.

С точки зрения психотерапевта, новый старт для этой молодой пары стал столь удачным потому, что их прежние отношения были очень непродолжительными и пришлись исключительно на тяжелое военное время. Новая мирная и надежная обстановка предоставляет совершенно другие условия. Помимо этого, г-жа К. приехала в тот момент, когда ее муж уже настолько стабилизировался, что психологический стресс больше не откладывал отпечаток на его поведение, и он мог принять свою жену как равноценного партнера.

При оказании психосоциальной и психотерапевтической помощи глубоко страдающим людям, очень сложно удержать баланс между эмпатией и дистанцированием. Слишком большая дистанция между терапевтом и клиентом препятствует построению прочных отношений, недостаточная – опасна для оказывающего помощь слишком сильной психической нагрузкой и вторичной травматизацией.

## 1. Распознавание контрпереноса

Осознание собственных реакций контрпереноса является существенным моментом психогигиены и может защитить от погружения в ненужные, обременительные действия (см. также гл. IV).

*«Из того, что психотерапевт испытывает особое чувство, не следует как результат его какое-либо специфическое поведение, например, отторжение пациента. На самом деле, распознавание таких чувств предотвращает, возможно, большинство нетерапевтических действий»*

Кинзи описывает следующие чувства при контрпереносе, которые в значительной степени совпадают и с моим опытом работы с родственниками пропавших без вести.

- Грусть от того, что произошло с человеком, просящим о помощи, и, может быть, происходит и теперь, грусть от того, что такое вообще возможно в нашем мире. Чуждость насильственных исчезновений и зачастую циничное обращение с родственниками пропавших без вести при их поисках относятся к таким не поддающимся пониманию ужасам. Временами оказывающий помощь испытывает скорбь, даже если самому пострадавшему еще неизвестно это чувство. Иногда в контрпереносе могут испытываться такие чувства, которые, выйдя они на поверхность, были бы слишком тяжелы для близких пропавших без вести, и поэтому от них нужно защититься. В процессе психотерапии можно бережно и медленно осознать все чувства, их источники и причины.

В целях самопомощи терапевту или консультанту важно называть чувства своими именами и анализировать, какая часть этих чувств принадлежит им (например, есть ли у них лично в настоящее время причина для грусти), а какая часть – клиентам. Таким образом, чувства клиента должны оставаться в поле зрения во время работы с ним и не должны проникать в частную жизнь психотерапевта или консультанта и создавать им неудобства.

- Гнев, перевозбуждение и раздражение тесно связаны с ситуацией, пережитой клиентом. Гнев консультанта, психотерапевта направлен в большинстве случаев на преступника или преступников, т. е. в случае исчезновения – чаще всего на неизвестных лиц. Это и запутывает, и в то же время разряжает чувства. Тем важнее осознать их происхождение и функцию как реакцию контрпереноса.

*«Тот факт, что у гнева нет четкого адресата, нет явного врага, часто оставляет это чувство расплывчатым и неразвитым. Типично, что оно сохраняется еще долго после ухода пациента, переходя и на другую деятельность, и на личную жизнь психотерапевта»*

В организациях, работающих с жертвами насилия, сотрудники должны осознавать это. Некоторые конфликты внутри команды основаны на чувствах контрпереноса, например, гнева и агрессии. Если это вовремя не распознать и не понять, это может привести к уходу людей с работы, к расколу в команде или даже распаду всей организации. Регулярная супервизия может превентивно обеспечить хороший базис для общения и позаботиться о разъяснительных беседах и прагматическом подходе к зарождающимся конфликтам.

Уникальность опыта, которым клиент делится с терапевтом, часто создает у последнего повышенное чувство ответственности. Поскольку помогающий предполагает или знает, что кроме него рассказанная история никому неизвестна, это заставляет его делать для клиента все больше и больше. При продолжении травмирующей ситуации, что характерно для исчезновения близких, это может привести к излишне сильному психологическому напряжению лица, оказывающего помощь.

- Чрезмерное отождествление. Существует опасность сделать историю пострадавшего своей, быть слишком вовлеченным в нее. Порой, чтобы распознать контрперенос, здесь необходим взгляд со стороны. Супервизия, интервизия с опытными коллегами, а иногда и с кем-то из частного окружения могут указать на стирание границ между проблемами клиента и помощника. Необходимо снова установить эту границу. Ситуация может быть проанализирована на супервизии, и на основании этого в процесс могут быть внесены изменения, которые позволят защитить психотерапевта или консультанта. Эти защитные механизмы сделают оказывающего помощь вновь дееспособным и таким образом улучшат психотерапевтическую или психологическую интервенцию.

- Нетерпимость (недостаточная терпимость) по отношению к другим клиентам. Данная форма контрпереноса, по сути, является противоположностью излишнего отождествления. Из-за тяжести страдания родственников пропавших без вести может произойти иерархическая переоценка проблем других людей и признание их недостаточно значительными. Так, например, по отношению к клиенту, у которого пропала без вести «только» сестра, может проявляться меньше эмпатии, по сравнению с предыдущим клиентом, который потерял троих членов семьи. Следует задумываться о таких чувствах и часто подсознательных оценках, чтобы лучше и эффективнее работать с клиентом. Это означает также и хорошее знание собственных возможностей: например, после интервенции в работе с очень сложной ситуацией необходим перерыв, в течение которого оказывающий помощь может справиться с собственным шоком от услышанного, прежде чем он обратится к другим

случаям.

Для того чтобы осознать эти чувства и суметь проанализировать, какая доля их является реакцией контрпереноса, а какая принадлежит клиенту, требуется навык и время. Но эти усилия – ценная инвестиция не только в профессиональную деятельность оказывающего помощь, но и в его собственное душевное здоровье.

Осознавая свой контрперенос, я как терапевт смогу удержаться от бессмысленной активности – мне не нужно будет совершать действия, служащие в основном для снятия внутреннего напряжения. Если задачи лица, оказывающего помощь, лежат в психосоциальной области, то знание о контрпереносе поможет ему работать более точно и эффективно, а также уйти от необходимости тратить время и силы на ненужные действия, которые находятся за рамками роли и возможностей оказывающего помощь.

Для проверки себя на контрперенос Бабетт Ротшильд (Rothschild, 2006, с. 21) предлагает простое упражнение. Для лиц, оказывающих помощь, она составила контрольный перечень вопросов с целью дать им почувствовать и проанализировать то или иное душевное состояние:

- Назовите ощущения, которые вы испытываете в своем теле (жар, холод, боль, покалывание и т. д.).

- Какие визуальные или акустические образы возникают в ваших мыслях (картины, краски, звуки, песни и т. д.)?

- Назовите характерные для вас движения или мышечные импульсы тела (вращение головой, расслабленность, напряжение в ногах, сжатые кулаки и т. д.).

- Что вы чувствуете (гнев, раздражение, грусть, радость, страх, отвращение и т. д.)?

- Какие мысли приходят вам в голову?

Затем подумайте несколько минут, какие из ваших ответов могли бы быть отражением переживаний ваших клиентов (ощущения, образы, жесты, чувства, мысли), а какие, скорее, отражают ваше собственное переживание?

Благодаря этому упражнению на самоанализ делает понятным, что идет от контрпереноса, а что принадлежат самому лицу, оказывающему помощь. Это является хорошей основой для дальнейшего планирования деятельности.

## 2. Формы самопомощи

Когда интервенции проводятся непосредственно после травматического события, при котором люди пропадают без вести, очень важно, чтобы лица, оказывающие помощь, осознавали свою собственную ранимость и уязвимость. Хальперн и Трамонтин (Halpern, Tramontin, 2007) указывают на простые, но от этого не менее ценные рекомендации, разработанные Американским Красным Крестом с целью помочь терапевтам и консультантам оставаться психически стабильными в ситуации кризиса и хаоса:

1. Делайте перерывы.
2. Ешьте и пейте что-то полезное и делайте простые упражнения.
3. Получайте поддержку от коллег и семьи.
4. Соблюдайте свои рабочие часы. Важно делать паузы и меняться сменами с другими лицами, оказывающими помощь.
5. Берите выходные дни. Если интервенции, как это бывает необходимо в случаях с пропавшими без вести, длятся продолжительное время, то хорошо через какое-то время взять отпуск и полностью отойти от прорабатываемой ситуации.
6. Дышите глубоко.

Такие авторы, как Перлман и Сааквитне (Pearlman, Saakvitne, 1995) предостерегают от вторичной травматизации (травматизации терапевта). Постоянные рассказы об ужасных событиях и тяжелых последствиях травм могут изменить собственное представление терапевта о себе и картину мира вообще. Страдание клиентов проникает в чувства, мысли и действия людей, оказывающих помощь, и может приводить к таким симптомам, как ночные кошмары, приступы плача, мышечное напряжение, соматические боли, уход от социальных контактов.

Поэтому при продолжительном сопровождении родственников жертв насильственного исчезновения важно правильно распределять собственные ресурсы. Нужно знать о собственных сильных сторонах и об оптимальных возможностях восстановить силы и набраться энергии. К ним относятся приятные мелочи повседневной жизни, а также более далеко идущие планы, такие как ежегодный отпуск, посещения родных и друзей, праздники в течение всего года. Полезно знать, с какими людьми нам комфортно, что помогает расслабиться (спорт, праздность, чтение, сочинительство, другие творческие занятия, кулинария...), могут ли вера и религиозные обряды дать дополнительную опору в жизни. Требуется, однако, осведомленность и в том, каков ваш предел возможностей.

С. Уэлт и У. Херрон (Welt, Herron, 1990), а также Э. Бейкер (Baker, 2002) вслед за Винникоттом (Winnicott, 1965) предлагают концепцию «достаточно хорошего психотерапевта», которую можно распространить на все разделы психосоциальной работы.

Как «достаточно хорошую мать» Винникотт описывает первого близкого человека, который в состоянии адекватно ответить на потребности младенца: от этого человека ребенок получает в соответствии со своим возрастом пищу, одежду, защищенное пространство и пр. «Достаточно хорошая мать» в состоянии понимать вербально и невербально выраженные желания ребенка и реагировать на них, она может вступить в эмоциональные отношения с ребенком и обеспечить ему общее чувство безопасности. «Достаточно хорошая мать» может совершать ошибки, но они не станут угрозой для надежных отношений между ней и ребенком.

Подобно тому, как концепции «достаточно хорошей матери» или «достаточно хорошего отца» снимают стресс с родителей, психотерапевт, консультант, социальный работник тоже могут снять с себя лишнюю нагрузку: они не должны быть совершенными, исцелять всех и вся – довольно быть «достаточно хорошими». Главным в нашей работе являются психотерапевтические отношения, психотерапевт или консультант поддерживает клиента, но он не обязан решать все его проблемы. В социальной области быть «достаточно хорошим» означает занимать ясную позицию и с самого начала четко определить возможности и границы предлагаемой помощи.

*«...Есть тонкая грань между „быть достаточно компетентным“ и „быть совершенным“. Первое – это разумная цель; второе – невозможно. Наша позиция по этому вопросу может значительно влиять на уровень нагрузки, которую мы испытываем на работе...»*

### 3.1. Интервизия

При оказании первичной психологической помощи после травматических событий в основном практикуется работа командами в составе двух человек. По крайней мере, мне не известна ни одна модель, согласно которой психологическая помощь прямо на месте события оказывалась бы одним человеком. Небольшие группы из двух-трех лиц обеспечивают существенно более деликатный и тщательный подход в обстановке хаоса и в то же время помогают членам такой команды защитить самих себя. Присутствие еще одного сотрудника дает ощущение безопасности: если кругом царит неопределенность, можно сразу это обсудить, можно передать коллегам те проблемы, с которыми тяжело справиться самому, после работы можно поделиться с коллегами своим шоком, смятением. И все равно по окончании интервенции необходимо место для подведения итогов и возвращения в нормальную обстановку. Многие, кто оказывает помощь в кризисных ситуациях, придумывают свои способы для этого. Иногда они очень просты, как, например, принятие душа и переодевание, иногда они более сложные и представляют собой определенным образом формализованное обсуждение и строгое ведение документации. Есть и духовные формы, как, например, совместная медитация или молитва; это может быть и какая-то творческая форма заключительного ритуала. И все-таки, если интервенция оказалась особенно тяжелой, хорошо иметь также возможность воспользоваться супер- или интервизией.

Продолжительная консультация или психотерапия проходит обычно в интимном пространстве закрытой комнаты. Коллеги консультанта или психотерапевта при этом, как правило, не присутствуют. В таких случаях особенно необходимы организованные формы интервизии. При работе с тяжелой травматизацией помогает в перерывах между приемами встретиться и поговорить с коллегами. По моему опыту, даже пара теплых слов может помочь снять нагрузку. Коротких фраз вроде «Сейчас было по-настоящему тяжело» или «Меня расстраивает состояние моего клиента», произнесенных психотерапевтом, уже достаточно, чтобы он оставался способным действовать дальше. Простой факт, что ваш коллега знает, как сложен был только что проведенный вами сеанс, может помочь снять нагрузку.

Конечно, при очень длительном сеансе этого не всегда достаточно. В идеальном случае полученный стресс хорошо обсудить с коллегами в конце рабочего дня и благодаря несколько иной точке зрения людей, эмоционально не столь близких к клиенту, сделать этот стресс менее ощутимым. Важно, чтобы для этого предоставлялось помещение и оплачиваемое время. В организациях, работающих в нашей сфере, следует поощрять такие встречи коллег.

### **3.2. Супервизия**

Здесь я имею в виду европейскую форму супервизии, когда кто-то из знающих проблематику и опытных коллег, но не работающих в данной организации и, в идеальном случае, никак с ней не связанный, предлагает свои профессиональные знания и навыки для анализа случаев и планирования дальнейшего хода работы с клиентами.

Это оказывает большую поддержку там, где психотерапевты или консультанты очень глубоко эмоционально вовлечены в процесс, и составляет часть любой качественной психотерапевтической или психологической интервенции.

Профессиональный взгляд извне помогает лучше распознать свой контрперенос и разглядеть то, что вам самим ранее было не видно. Дополнительное мнение специалиста помогает при тяжелом сопровождении травмированных и придает сил оказывающим помощь.

Поскольку чувство изолированности, беспомощности и одиночества является центральной темой родственников пропавших без вести, то оказывающим помощь необходим хороший противовес, чтобы эти чувства не захлестнули также и его. Регулярная супервизия прекрасно зарекомендовала себя в этом контексте.



### 3.3. Хороший рабочий климат

Лица, работающие в области психотравмы, должны давать своим клиентам прежде всего защищенность. Конечно, это возможно, только если сами они чувствуют себя в безопасности. Поэтому в рабочей обстановке всегда важно соблюдать некоторые правила.

Необходимо надежное рабочее помещение: комнаты должны быть достаточно просторными, они должны быть оснащены всем необходимым (например, если клиенту нужна юридическая консультация, то необходим доступ к компьютеру и Интернету). Но помещения нужны не только для работы, но и для отдыха.

На одном из семинаров в Южной Азии сотрудник рассказал, что у него постоянно болит желудок. Свой обед, который ему дает с собой заботливая жена, он часто не ест, так как неправительственная организация, в которой он работает, располагается в единственном большом помещении. Таким образом, ему пришлось бы есть на глазах у ожидающих клиентов. Рекомендация, с которой он покинул семинар, была попросить руководство его организации о по крайней мере еще одной комнате для сотрудников.

В хороших командах общение проходит на трех уровнях: важно, чтобы для этого предоставлялось рабочее время и все это воспринималось как часть общего процесса.

1. У всех работников есть доступ к важной для работы информации. Обмен информацией происходит на совещаниях команды, по электронной почте и телефону, через специальные информационные ресурсы, на регулярных встречах в узком составе и пр. Если кто-то берет на себя какое-то задание, он должен быть снабжен всей релевантной для его выполнения информацией.

2. Происходит обсуждение случаев: это может иметь место на уже описанных выше интер- и супервизиях.

3. Происходит неформальный обмен: необязательно, чтобы коллеги по работе были близкими друзьями, но при работе в таком тяжелом контексте взаимное расположение и взаимопонимание просто необходимы. Должны быть возможности для повседневных разговоров, взаимных оценок, обмена радостями и тревогами, для поздравления с частными событиями, например, с днем рождения, во время которого работник оказывается в центре внимания. Положительным откликам бывают рады все, а особенно – люди, готовые отдавать так много в поддержку других.

## Заключение

В этой книге я попыталась охватить целый спектр проблем, включая теоретические основы исследования, осложненную скорбь и травму, исторические масштабы насильственных исчезновений, формы коллективного преодоления травмы, психотерапевтическую работу с тяжело травмированными, психосоциальные и психотерапевтические интервенции в отношении близких пропавших без вести.

В течение вот уже почти двадцати лет, на протяжении которых я занимаюсь этой тематикой, я наблюдала не только глубочайшую пропасть зла, которое один человек может причинить другому, но и невероятную человеческую силу, позволяющую даже в самых тяжелых и безвыходных ситуациях искать и находить пути к продолжению жизни и идти по ним.

Вопрос, что могло произойти с пропавшими без вести, остается без ответа – но я надеюсь, что в этой книге мне удалось показать, что можно сделать в сложной ситуации насильственного исчезновения и как с ней справиться.

В эту книгу вошел тот опыт, которым поделились со мной клиенты в ходе психотерапии и люди, с которыми мне довелось встретиться в Южной Азии. Без той открытости и откровенности, с которой они говорили со мной о своем отчаянии и надежде, мне мало что удалось бы поведать. И поэтому я рассматриваю эту книгу как призыв ко всем людям, потерявшим своих близких, возвысить свой голос в их пользу.

Мне хочется призвать людей поддерживать родственников пропавших без вести, будь то профессионально – в форме юридической консультации, социальной работы, духовного попечительства, медицинской помощи, помощи со стороны школьного персонала, а также в виде психотерапии, или же просто в кругу друзей и близких.

Исчезновение человека часто делает его близких беспомощными и даже безмолвными. Но надо понимать, что ни профессионал, оказывающий помощь, ни заботливый друг не обязаны иметь на все готовые ответы. Важно просто быть рядом с пострадавшими и, занимаясь их проблемами вместе с ними, не бросать их на тяжелом пути преодоления утраты.

Для положения, в котором мы как оказывающие помощь оказываемся, когда не находим ответов и решений, Полин Босс нашла хорошее толкование, а благодаря ему и возможность сохранять свое психическое здоровье:

*«Как это ни парадоксально, понимание того, что можно жить чего-то не зная, придает нам устойчивость, необходимую при столкновении с проблемой неясной потери... С каждым очередным штурмом этой проблемы я училась тому, что преодолеть преграду незнания невозможно. Я и сейчас испытываю напряженность от своих неидеальных решений, но стараюсь сбалансировать это радостью и удовольствиями моей повседневной жизни»*

## Literatur

- Abdallah-Steinkopff B. (2003). Psychotherapie und Beratung mit Dolmetschern. Refugio Report November, 4-5.
- Acuna J. E. (1987). Children of the Storm. Experiences of the Children's Rehabilitation Center. Manila: Eigenverlag.
- Agosin M. (1992). Circles of Madness. Mothers of the Plaza de Maya. N. Y.: White Pine Press.
- Agosin M. (1993). Surviving Beyond Fear. Women, Children and Human Rights // Agosin M. (Ed.). Latin America. N. Y.: White Pine Press, 98-125.
- AHRC (2006). Sri Lanka: 20 forced disappearances reported in December 2005.
- Urgent Action 017-2005, Hongkong: Asian Human Right Commission.
- Ainsworth M. et al. (1978). Patterns of Attachment. Hillsdale: Erlbaum.
- American Psychiatric Association (1980/1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Washington: APA.
- Améry J. (1989). At the Mind's Limits: Contemplations by a Survivor on Auschwitz and its Realities. Bloomington: Indiana University Press.
- Amnesty International (1982)...nicht die Erde hat sie verschluckt. Bonn: Amnesty International.
- Amnesty International (1993a). Getting away with murder. Political killings and 'disappearances' in the 1990s. London: Amnesty International Publications.
- Amnesty International (1993b). 14-Point Program for the Prevention of «Disappearances» February 1993. <http://www.amnesty.org/en/library/info/POL36/001/1993>
- Amnesty International (1996). Latin America Crime without Punishment: Impunity in Latin America. London: Amnesty International Publications.
- Amnesty International (1997). Sri Lanka. Government's response to widespread 'disappearances' in Jaffna. ASA 37/24/97.
- Amnesty International (1998). urgent action, 78, 11. March 1998. London: Amnesty International.
- Amnesty International. (2002). Amnesty International Report 2002: Russian Federation. May 2002. <http://www.refworld.org/docid/3cf4bc12c.html>
- Amnesty International (2010). Ein Leben in Angst und Ungewissheit. Verschleppung, Geheimhaft und politischer Mord. [http://www.amnesty.at/informiert\\_sein/ein\\_leben\\_in\\_angst\\_und\\_ungewis-sheit/](http://www.amnesty.at/informiert_sein/ein_leben_in_angst_und_ungewis-sheit/) (accessed on 10.7.2013)
- Amnesty International (2012). Jetzt Gerechtigkeit für die Familie Matanovic fordern. <http://www.amnesty.at/index.php?id=1827>. (accessed on 4.9.2012)
- Ansary M. (2003). Flieh, bevor der Morgen graut. Die Geschichte einer iranischen Frau. Bergisch Gladbach: Ehrenwirth.
- Antonovsky A. (1987). Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky A. (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt Verlag.
- Ashenberg Straussner S., Kolko Phillips N. (2004). Understanding Mass Violence. A Social Work Perspective. Boston: Pearson.
- Asian Human Rights Commission (1999). Sri Lanka: Disappearances and the Collapse of the Police System. Hongkong: AHRC Eigenverlag.
- Asian Human Right Group (AHRC) (2013). SRI LANKA: Whose remains are in the mass grave at Matale. Hongkong: AHRCSTM-083-2013
- Auerhahn N. C., Laub D. (1988). Intergenerational Memory of the Holocaust // Danieli Y. (Ed.): International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma. N. Y.: Plenum Press, 21-42.
- Baker E. K. (2002). Crying for Ourselves. A Therapist's Guide to personal and Professional Well Being.

Washington: American Psychological Association.

Ball P. (2005). Mass graves are not necessary for tsunami victims. In: Nature. International weekly journal of science. Online. Published on 7.1.2005. <http://www.nature.com/news/2005/050103/full/news050103-10.html>

Baradaran M. (1998). Erwachen aus dem Alptraum. Zürich: Unionsverlag.

Bayer O. (2001). Die Schatten der Verschwundenen. Die Diktatur in Argentinien und ihre Folgen // Müller-Hohagen J. (Ed.). Stacheldraht und heile Welt. Tübingen: Edition Diskord.

BBC (2004). Hidden graves. [http://news.bc.co.uk/1/hi/world/south\\_asia/125691.stm](http://news.bc.co.uk/1/hi/world/south_asia/125691.stm)

Becker D. (1992). Ohne Haß keine Versöhnung. Das Trauma der Verfolgten. Feiburg i. Br.: Kore.

Becker D. (2006). Die Erfindung des Traumas - Verflochtene Geschichten. Berlin: Freitag.

Becker D., Weyermann B. (2006). Gender, Konflikttransformation & psychosozialer Ansatz. [http://www.deza.admin.ch/ressources/resource\\_en\\_91135.pdf](http://www.deza.admin.ch/ressources/resource_en_91135.pdf)

Becker E. (1973). The Denial of Death. N. Y.: Simon and Schuster.

Beckermann R. (1989). Unzugehörig. Österreicher und Juden nach 1945. Wien: Löcker Verlag.

Benedek E. D. (1985). Children and Disaster: Emerging Issues. Psychiatric Annuals, 15 (3), 168-172.

Benson D. et. al. (1975). Waiting: The Dilemma of the MIA Wife // Hamilton I., Mccubbin et. al. (Eds). Family Separation and Reunion. Families of Prisoners of War and Servicemen Missing in Action. Washington, D. C: U. S. Government Printing Office, 157-168.

Benz W. (1995). Der Holocaust. München: Beck.

Bettelheim B. (1980). Erziehung zum Überleben. Zur Psychologie von Extremsituationen. Stuttgart: Deutscher Taschenbuchverlag.

Bittenbinder E. (2000). Trauma und extreme Gewalt - Systemische Psychotherapie mit Überlebenden von Folter und die Bedeutung «innerer Bilder». Psychotherapie im Dialog, 1, 38-44.

Black L. (1999). Forced Disappearances in Sri Lanka Constitute a Crime Against Humanity. URL: [www.disappearances.org/mainfile.php/articles\\_srilanka/9/?print=yes](http://www.disappearances.org/mainfile.php/articles_srilanka/9/?print=yes)

Blos P. (1979). Adolescent Passage. N. Y.: International Universities Press

Böhme K. W. (1965). Gesucht wird... Die dramatische Geschichte des Suchdienstes. München: Süddeutscher Verlag.

Boss P. (1999). Ambiguous Loss. Learning to Live with Unresolved Grief. Cambridge u. a.: Harvard University Press.

Boss P., Beaulieu L., Wieling E., Turner W, LaCruz S. (2003). Healing Loss, Ambiguity and Trauma: A Community-Based Intervention With Families of Union Workers Missing After the 9/11 Attack in New York City. Journal of Marital and Family Therapy, 29, 455-467

Boss P. (2006). Loss, Trauma and Resilience: Therapeutic Work with Ambiguous Loss. N. Y: Norton.

Boulanger G. (2007) Wounded by Reality. Understanding and Treating Adult Onset Trauma. Mahwah, London: The Analytic Press.

Bouvard M. G. (1994). Revolutionizing Motherhood. The Mothers of the Plaza de Maya. Wilmington D. E.: Scholarly Resources Inc.

Bowlby J. (1958). The nature of the child's tie to his mother // International Journal of Psychoanalysis. 38, 350-373.

Bowlby J. (1961). Childhood mourning and Its Implications for Psychiatry // Am. J. of Psychiatry. 118, 481-498.

Bowlby J. (1969). Attachment and Loss. N. Y.: Basic Books.

Bowlby J. (1980). Loss, Sadness and Depression. N. Y.: Basic Books.

Bowlby J. (1983). Verlust. Trauer und Depression. Frankfurt a. M. Fischer.

- Bracken P. J., Petty C. (1998). *Rethinking the Trauma of War*. London, N. Y.: Free Association Books.
- Brkic C. A. (2004). *Eyewitness: Unearthing Bosnia's dead*.  
<http://news.bbc.co.uk/1/hi/world/europe/3975599.stm>
- Brune M. (2010). Wenn Verbrechen nicht gesühnt werden – Reflexionen zur Psychotherapie mit Opfern lateinamerikanischer Diktaturen // Ottomeyer K., Preitler B., Spitzer H. (Eds). *Look I am a Foreigner. Interkulturelle Begegnung und psychosoziale Praxis auf fünf Kontinenten*. Klagenfurt: Drava, 49-60.
- Butalia U. (o. A.). *Abducted and Widowed Women. Questions of Sexuality and Citizenship During Partition*.  
<http://jan.ucc.nau.edu/~sj6/butaliaabductedwomen.pdf>
- Butollo W., Krüsmann M., Hagl M. (1998): *Leben nach dem Trauma. Über den therapeutischen Umgang mit dem Entsetzen*. München: Pfeiffer.
- Castaneda O. (2013). *Scarfs of Hope as a Warm and Performative Memorial of the Disappeared in Peru*. *Critica Latinoamericana*. <http://criticallatinoamericana.com/316/>
- Childline (n. g.). <http://www.childlineindia.org.in/missing-children-india.htm>
- Comite International ICRC (1996). *Missing Persons on the Territory of Bosnia and Herzegovina*. Geneve: Red Cross; Eigenverlag 30.5.1996
- Damian, S. (1987). *The Psychotherapeutic Approach to the Psychological Sequel of Civil War in the District of Jaffna* (unpublished Typescript)
- Danieli Y. (Ed.). (1998). *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*. N. Y.: Plenum Press.
- Das V. (2002). *Nationale Ehre und praktizierte Verwandtschaft. Unerwünschte Frauen und Kinder nach der Trennung Pakistans von Indien* // Duden. B., Noeres D. (Eds). *Auf den Spuren des Körpers in einer technologischen Welt*. Opladen: leske + budrich, 77-102.
- Deutsches Rotes Kreuz. (8. edition., 1988). *Die Genfer Rotkreuz-Abkommen vom 12. August 1949 und die Beiden Zusatzprotokolle vom 8. Juni 1977*. Bonn: Schriften des Deutschen Roten Kreuzes
- De Jong J. (2002). *Trauma, War, and Violence. Public Mental Health in Socio-Cultural Context*. N. Y.: Kluwer Academic.
- Der Standard (2004). *Fischgerichte derzeit tabu*. *Der Standard.*, 3.1.2004, 4.
- De Soysa P. (2001). *Conflict-related trauma in an Asian country: a report from Sri Lanka* // *International Review of Psychiatry*. 13, 201-208.
- Devereux G. (1984). *Angst und Methode in den Verhaltenswissenschaften*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp Taschenbuch.
- De Wind E. (1968). *The Confrontation with Death* // *International Journal of Psycho-Analysis*, 49, 302-305.
- De Zoysa P. (2001). *Conflict-related Trauma in an Asian country: a report from Sri Lanka*. *International Review of Psychiatry*. 13, 201-208.
- Diner D. (Ed.) (1988). *Zivilisationsbruch. Denken nach Auschwitz*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Domansky E. (1997). *A lost war. World War II in Postwar German Memory* // Rosenfeld A. H. (Ed.). *Thinking about the Holocaust*. Bloomington, Indianapolis: Indiana University Press., 233-272.
- Durst N. (1999). *Psychotherapeutisches Arbeiten mit Überlebenden des Holocaust*. *Zeitschrift für Politische Psychologie*, 7/1+2, 101-112.
- Duras M. (1985). *Der Liebhaber*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp
- Edelman L., Kordon D., Lagos D. (1998). *Transmission of Trauma. The Argentine Case* // Danieli Y. (Ed.). *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*. N. Y.: Plenum Press, 447-463.
- Edelman L., Kersner D., Kordon D., Lagos D. (2003). *Psychosocial Effect and Treatment of Mass Trauma Due to Sociopolitical Events: The Argentine Experience* // Krippner S., McIntyre T. M. (Eds).
- The psychological impact of war trauma on civilians: an international perspective*. Westport: Prager Publishers, 143-153.
- Erikson E. H. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. N. Y.: Norton.

- Extraordinary Chambers in the Courts of Cambodia (2012). <http://www.eccc.gov.kh> (accessed on 18.10.2012)
- Eyer D. E. (1992). *Mother-Infant Bonding*. New Haven: Yale University Press.
- FEDEFAM (2004): *Fighting Against Forced Disappearances in Latin America*. <http://www.desaparecidos.org/fedefam/eng.html>
- Fernando B. (1998). *Disappearances: A Matter of Survival of Society and the Country*. *Christian Worker* 2, 6-11.
- Fernando B. (2004). *The Right to Speak Loudly. Essays on Law and Human Rights*. Hongkong: Asian Legal Resource Centre.
- Fink I. (1996): *Die Reise*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Fischer J. (1989). *Mothers of the Disappeared*. Boston: South End Press.
- Foa E. B. (1998). *Treating the trauma of rape: cognitive-behavioral therapy for PTSD*. N. Y.: Guilford Press.
- Freeman J. (2012). *Khmer Rouge survivors risk prolonged grief disorder*. *The Phnom Penh Post*. 4.10.2012
- Freud S. (1914/16). *The Standard Edition of the Complete Psychological Work of Sigmund Freud*. London: The Hogarth Press.
- Freud S. (1918). *Reflections on War and Death*. N. Y.: Moffat, Yard and Co.
- Freud S. (1961): *Die Traumdeutung*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Freud S. (1994). *Das Unbehagen der Kultur und andere Kulturtheoretische Schriften*. Frankfurt a. M.: Fischer
- Garcia S. N. (2001). *Den Tod erinnern, um weiterleben zu können*. In *Medico International* (Ed.). *Die Gewalt überleben: Psychosoziale Arbeit im Kontext von Krieg, Diktatur und Armut*. Frankfurt a. M.: Mabuse, 37-42.
- Goldmann J., Guger J. (Eds) (2006). *Vermisst & Gefunden. Ein Schicksal – viele Geschichten*. Salzburg: A & M Weltbild.
- Greene W. A. (1958). *Role of a Vicarious Object in the Adaptation to Object Loss*. *Psychosomatic Medicine*, XX (5), 344-350.
- Greenson R. R. (1978). *On Transitional Objects and Transference* // Grolnick S. A. et. al (Eds). *Between Reality and Fantasy. Transitional Objects and Phenomena*. N. Y.: Jason Aronson.
- Grolnick S. A. et. al (Ed.) (1978). *Between Reality and Fantasy. Transitional Objects and Phenomena*. N. Y.: Jason Aronson.
- Hackl E. (1997). *Sara und Simón. Eine endlose Geschichte*. Zürich: Diogenes
- Halpern J., Tramontin M. (2007). *Disaster. Mental health. Theory and Practice*. Belmont: Thomson.
- Hamber B. (1995). *Do Sleeping Dogs Lie? The Psychological Implications of the Truth and Reconciliation Commission in South Africa*. Paper presented at Seminar № 5; Centre for the Study of Violence and Reconciliation, Johannesburg 26.7.1995.
- Hamilton I. M. et. al. (Ed.) (n. g.). *Family Separation and Reunion. Families of Prisoners of War and Servicemen Missing in Action*. Washington, D. C.: U. S. Government Printing Office.
- Haney A. et. al. (1997). *Spontaneous Memorialization: Violent Death and Emerging Mourning Ritual* // *Omega – Journal of Death and Dying*, 35 (2), 159-171.
- Hassel F. (Ed.) (2003). *Der Krieg im Schatten. Russland und Tschetschenien*. Frankfurt a. M.: Edition Suhrkamp.
- Haviland C. (2013). *Sri Lanka Matale Mass Grave «dates from the late 1980»*. <http://www.bbc.co.uk/news/world-asia-21964586> (accessed on 14.5.2013)
- Heidelberger-Leonard I. (1996). *Ruth Klüger weiter leben. Eine Jugend*. Oldenbourg Interpretation. München: Oldenbourg.

- Herman J. (1992). *Trauma and Recovery. The aftermath of violence - from domestic abuse to political terror*. N. Y.: BasicBooks.
- Hernandez V (2012). Argentine mothers mark 35 years of marching for justice. 28.4.2012 <http://www.bbc.co.uk/news/world-latin-america-17847134>.
- Heyl M., Schreier H. (Eds) (1994). *Die Gegenwart der Schoah. Zur Aktualität des Mordes an den europäischen Juden*. Hamburg: Krämer.
- Homer (1979). *Odyssee*. Reihe: Die bibliophilen Taschenbücher. Dortmund: Harenberg Kommunikation.
- Horowitz M. J. (1985). Disasters and Psychological Responses to Stress. *Psychiatric annals*, 15 (3), 161-167.
- ICMP (2008). Bosnia and Herzegovina. <http://www.ic-mp.org/icmp-worldwide/southeast-europe/bosnia-and-herzegovina/> (accessed on 9.8.2012)
- ICMP (2012). U. S. Helsinki Commission Hearing: «Healing the wounds of conflict and disaster: Clarifying the Fate of Missing Persons in the OSCE»: Intervention by her Majesty Queen Noor, ICMP Commissioner. <http://www.ic-mp.org/wp-content/uploads/2012/02/icmp-dg-415-4-doc.pdf> (accessed on 8.8. 2012)
- ICRC. Protocol Additional to the Geneva Conventions of 12 August 1949, and relating to the Protection of Victims of International Armed Conflicts (Protocol I), 8 June 1977. <http://www.icrc.org/applic/ihl/ihl.nsf/Treaty.xsp?action=openDocument&documentId=D9E6B6264D7723C3C12563CD002D6CE4> (accessed on 12.7.2013)
- Independent Commission on International Humanitarian Issues (1986). *Disappeared! Technique of terror: a report*. London-N. J.: Zed Books Ltd.
- INFORM (1993). *Annualreport*. Colombo: Inform.
- International Commission on Missing Persons (2004). ICMP announces positive results of the Outreach Campaign intended to inform family members of missing persons. Press Release, 18.8. 2004.
- Irmeler D. (2001). «Mein Zimmer hier heißt Schmerz». *Überleben und Leben - Systemische Therapie mit schwerst traumatisierten minderjährigen Flüchtlingen // Rotthaus W. (Ed.). Systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 446-461.
- Jelin E. (1994). The Politics of Memory. The Human Rights Movement and the Construction of Democracy in Argentina. *Latin American Perspectives*, 81, 38-58.
- Kampusch N. (2010). *3096 Tage*. Berlin: List
- Kast V. (1982). *Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses*. Stuttgart, Berlin: Kreuz Verlag.
- Kauffman J. (1993-94). Dissociative Functions in the Normal Mourning Process // *Omega*. 28 (1), 31-38.
- Keilson H. (1979). *Sequenzielle Traumatisierung bei Kindern*. Stuttgart: Enke.
- Keilson H. (1992). *Sequential Traumatization in Children: A clinical and statistical follow-up study on the fate of the Jewish war orphans in the Netherlands*. Jerusalem: The Magnes Press.
- Kestenberg J., Brenner I. (1986). Children who survived the Holocaust. The Role of Rules and routines in the Development of the Superego. *International Journal of Psycho Analysis*, 67, 309-316.
- Kestenberg J., Brenner I. (1996). *The Last Witness. The Child Survivor of the Holocaust*. Washington-London: American Psychiatric Press, Inc.
- Kernberg O. (1984). The couch at sea: psychoanalytic studies of group and organizational leadership // *Int. J. Group Psychotherapy*. 34, 5-23.
- Kernjak F. (2002). *Trauma und Exhumierungen. Am Beispiel Guatemala*. Wien: Diplomarbeit an der Fakultät für Human- und Sozialwissenschaften.
- Kinzie J. D., Boehnlies J. K., Sack W. H. (1998). The Effects of Massive Trauma on Cambodian Parents and Children // Danielli Y. (Ed.). *An International handbook of Multigenerational legacies of Trauma*. N. Y.: Plenum Press. 211-224.
- Kinzie J. D. (1994). Countertransference in the Treatment of Southeast Asian Refugees // Wilson J. P., Lindy J. D. (Eds). *Countertransference in the Treatment of PTSD*. N. Y.-London: Guilford Press. 249-262.
- Kleinmann A., Das V., Lock M. (1997). *Social Suffering*. Berkely: University California Press.

- Klüger R. (1994). *weiter leben. Eine Jugend*. München: Deutscher Taschenbuchverlag.
- Koepsel R. (2011). *Mothers of the Plaza de Mayo: First Responders for Human Rights. Case-Specific Briefing Paper. Humanitarian Assistance in Complex Emergencies*. University of Denver.
- Kogan I. (2011). *Mit der Trauer kämpfen. Schmerz und Trauer in der Psychotherapie traumatisierter Menschen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Kordon D. R. et al. (1988). *Psychological Effects of Political Repression*. Buenos Aires: Sudamericana/Planeta.
- Kraushaar W. (1994). *Die Affäre Auerbach. Zur Virulenz des Antisemitismus in den Gründerjahren der Bundesrepublik* // Schreier H., Heyl M. (Eds). *Die Gegenwart der Shoah. Zur Aktualität des Mordes an den europäischen Juden*. Hamburg: Krämer. 195-218.
- Krishner L. A. (1994). *Trauma, The Good Object and The Symbolic: A Theoretical Integration* // *International Journal for PsychoAnalysis*, 75, 235-242.
- Krystal H. (Ed.). (1968). *Massive Psychic Trauma*. N. Y.: International University Press
- Krystal H. (1981). *The Aging Survivor of the Holocaust. Integration and Self-Healing in Posttraumatic States* // *Journal Geriatric Stress*. 14, 165-189.
- Kurier (2004). *Hunderte Zuwanderer im Meer ertrunken*. Kurier, 6.1.2004, 8.
- Kübler-Ross E. (1969). *On Death and Dying*. N. Y.: Macmillan.
- Lagos D., Kordon D, Edelman L, Kersner D. (n. g.). *Argentina: Our Experience in Rehabilitation Work with Relatives of Desaparecidos and other Victims of Political Repression*. Buenos Aires: EATIP, Eigenverlag.
- Langer L. (1997). *Social Suffering and Holocaust Atrocity* // Kleinmann A., Das V., Lock M. (Eds). *Social Suffering*. Berkeley: University California Press, 47-66.
- Laub D. (1996). *The empty Circle: Children of Survivors and the Limits of Reconstruction* // *Japa*. 46/2, 507-529.
- Laub D. (2000). *Eros oder Thanatos? Der Kampf um die Erzählbarkeit des Traumas* // *Psyche*. 54, 860-894.
- Lauritsch K., Kernjak. F. (n. g.). *We need the truth. Enforced Disappearances in Asia*. Guatemala City: Equipo de Estudios Comunitario Accion Piscosocial (ECAP).
- Leahy J. M. (1992-93). *A Comparison of Depression in Women Bereaved of a Spouse, Child or a Parent* // *Omega*. 26 (3), 207-217
- Leiser E. (1996). *Ruth Klüger* // Heidelberg-Leonard I. *Ruth Klüger weiter leben. Eine Jugend*. Oldenbourg Interpretation. München: Oldenbourg, 116-119.
- Lenz R., Müller D. (2011). *Die verschwundenen Kinder* // *Medico international Rundschreiben*. 4/11. 8-12.
- Levi, Primo. (1959). *If this is a man*. N. Y.: The Orion Press.
- Lexikon der Wehrmacht (2004). Keitel, Wilhelm. [www.lexikon-der-wehrmacht.de/Personenregister/KeitelW-R.htm](http://www.lexikon-der-wehrmacht.de/Personenregister/KeitelW-R.htm)
- Libeskind D. (1999). *Trauma/void* // Bronfen E., Erdle B. R., Weigel S. (Eds). *Trauma. Zwischen Psychoanalyse und kulturellem Deutungsmuster* Köln, Weimar, Wien: Böhlau, 3-26.
- Lifton R. J. (1983). *The broken connection*. N. Y: Basic Books Inc.
- Longerich P. (Ed.) (1989). *Die Ermordung der europäischen Juden*, München: Piper.
- Lorenzer, A. (1993). *Intimität und soziales Leid. Archäologie der Psychoanalyse*. Frankfurt a. M.: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Lozowick Y. (1997). *Jewish Memory and the Shoah* // Schreier H., Heil M. (Eds). *Never again!: the Holocaust's challenge for educators*. Hamburg: Krämer, 109-116.
- Löwenthal L. (1988). *Individuum und Terror* // Diner D. (Ed.). *Zivilisationsbruch. Denken nach Auschwitz*. Frankfurt a. M.: Fischer, 15-25.
- Luft J. (1989). *Einführung in die Gruppendynamik*. Frankfurt a. M.: Fischer.



- Madariaga C. (1992). Verschwundene in einer ländlichen Gemeinde: Psychologische und psychosoziale Leiden. Ein Behandlungsansatz auf der Grundlage einer Gruppentherapie // IWK (Ed.). Seelenmord – psychosoziale Aspekte der Folter. Mitteilungen des Instituts für Wissenschaft und Kunst, 47/1, 11–17.
- Maercker A., Bonanno G., Znoj H., Horowitz M. J. (1998). Prediction of Complicated Grief by Positive and Negative Themes in Narratives // Journal of Clinical Psychology. 54 (8), 1117–1136.
- Mahler M., Pine F., Bergman A. (1975). The psychological birth of the human infant: Symbiosis and individuation. N. Y.: Basic Books.
- Main M., Solomon J., Brazelton T. B. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern // Affective development in Infancy. Westport, CT: Ablex Publishing. 95-124.
- Mancini M. E. (1986). Creating and Therapeutically Utilizing Anticipatory Grief in Survivors of Sudden Death // Rando T. A. (Ed.). Loss and anticipatory grief. Massachusetts, D. C: Heath and Company Lexington, 145–152.
- Mittler G. (2000). Jean Daligault – Eine Passion. Rede anlässlich der Eröffnung der Ausstellung des Künstlers und Nacht-und-Nebel-Häftlings am 12.8.2000.  
www.fm.rlp.de/wir\_ueber\_uns/Minister/Reden/PDF/Ausstellung\_jean\_daligault.pdf
- Mlodoch K. (2011) Anfal überlebende Frauen in Kurdistan-Irak – Trauma, Erinnerung und Bewältigung // Reddemann L. (Ed.). Psychotraumatologie zwischen Stabilisierung und Konfrontation. Zeitschrift für Psychotraumatologie, Psychotherapiewissenschaft, Psychologische Medizin (ZPPM) 9/3. Kröning: Asanger. P 33–45.
- Mollinca R. F. et. al. (1998). Dose-Effect Relationship of Trauma to Symptoms of Depression and Post-Traumatic Stress Disorder Among Cambodian Survivors of mass violence // British Journal of Psychiatry. 173, 482–488.
- Mommsen H. (1992). There was no Führer Order // Niewyk D. L. (Ed.). The Holocaust. Problems and Perspectives of Interpretation. Massachusetts, D. C.: Heath and Company Lexington.
- Munczek D. S., Tuber S. (1998). Political Repression and its Psychological Effects on Honduran Children // Social Sciences and Medicine. 47/11, 1699–1713.
- Mupinda M. (1995). Loss and Grief among the Shona: The Meaning of Disappearances. Paper presented to: VIIth International Symposium on «Torture as a challenge to the medical Profession», Cape Town.
- Murphy S. (1988). Mental Distress and Recovery in a High-Risk Bereavement Sample Three Years after Untimely Death // Nursing Research, 37 (1), 30–35.
- Nachmani G. (1995). Trauma and Ignorance // Contemporary Psychoanalysis, 31, S. 423–450.
- Nader K. (1994) Countertransference in the Treatment of Acutely Traumatized Children // Wilson J. P., Lindy J. D. (Eds). Countertransference in the Treatment of PTSD. N. Y.-London: Guilford Press, 179–205.
- Nadia C. S. (1991). The Last Word: Women, Death and Divination in Inner Mani. Chicago: University of Chicago Press.
- Nash J. R. (1978). Among the Missing. An Anecdotal History of Missing Persons From 1800 to the Present. N. Y.: Simon and Schuster.
- Neumann Y. (1998). On the intergenerational Experience – A short-term Intervention with a Holocaust Survivor as Part of a Lengthy Course of Therapy // Israel Journal of Psychiatry, 35 (1), 56–67.
- Nicoletti E. (1988). Some Reflexions on Clinical work with Relatives of Missing people. A Particular Elaboration of Loss // Kordon D. et al. (Eds). From Psychological effects of Political Repression. Buenos Aires: Sudamerikana/Planeta, 57–63.
- Niederland W. (1968). Clinical Observations on the «Survivor Syndrome» // International Journal of Psycho-Analysis 49, 313–315.
- Österreichisches Rotes Kreuz (2012). Rotes Kreuz: Weltweit zwei Millionen Verschwundene.  
<http://www.rotekreuz.at/nocache/print/berichten/news/datum/2012/08/27/rotes-kreuz-welt-weit-zwei-millionen-verschwundene-22/> (accessed on 6.9.2012)
- Ondaatje M. (2011). Anil's Ghost. London: Bloomsbury.
- Onnasch K., Gast U. (2011). Trauern mit Leib und Seele. Orientierung bei schmerzlichen Verlusten. Stuttgart: Klett-Cotta.

- Ottomeyer K., Peltzer K. (2002). Überleben am Abgrund. Psychotrauma und Menschenrechte. Klagenfurt: Drava.
- Ottomeyer K. (2011). Die Behandlung der Opfer. Über unseren Umgang mit dem Trauma der Flüchtlinge und verfolgten. Stuttgart: Klett-Cotta.
- PAHO (2005). A Disaster Myth that just won't die - Mass burials and the dignity of disaster victims. [http://new.paho.org/disasters/newsletter/index.php?option=com\\_content&view=article&id=306%3Aa-disaster-myth-that-just-wont-die-mass-burials-and-the-dignity-of-disaster-victims&catid=153%3Aissue-98-jan](http://new.paho.org/disasters/newsletter/index.php?option=com_content&view=article&id=306%3Aa-disaster-myth-that-just-wont-die-mass-burials-and-the-dignity-of-disaster-victims&catid=153%3Aissue-98-jan)
- Payne M. (1995). Understanding «going missing»: Issues for social work and social services // British Journal of Social Work, 3, 333-348.
- Pearlman L. A., Saakvitne K. W. (1995). Trauma and the Therapist. N. Y.: Norton.
- Perera, S. (1999). Stories of Survivors. Socio-Political Contexts of Female Headed Households in Post-Terror Southern Sri Lanka. Colombo: Vikas Publishing House.
- Preitler B. (1998/99). Der/die Dritte im Bunde. Psychotherapie mit Folterüberlebenden unter Beteiligung von DolmetscherInnen. Wien: Hemayat Eigenverlag. S.19-29.
- Preitler B. (2004a). Psychologische Betreuung von Flüchtlingen in Österreich // Mehta G. (Ed.). Die Praxis der Psychologie. Wien N. Y.: Springer, 361-372.
- Preitler B. (2005). Zur psychotherapeutischen Arbeit mit Angehörigen von «verschwundenen» Personen. Dissertation an der Universität Klagenfurt.
- Preitler B. (2006). Trauma Counselling Programm nach Krieg und Tsunami in Ampara (Sri Lanka) // Zentrum für Friedensforschung und Friedenspädagogik (Ed.). Jahrbuch Friedenskultu. r Klagenfurt: Drava, 69-75.
- Preitler B. (2009). «Sharing the Rotten Rice». Trauma counseling in Sri Lanka after war and Tsunami // Rieck M. (Ed.). Social interactions after massive traumatization. Was the Holocaust survivors' encounter with the post-war society conducive for generating private and collective memories? Berlin: Regner, 63-77.
- Preitler B., Ottomeyer K., Spitzer H. (2010) (Eds). Look I am a Foreigner. Interkulturelle Begegnung und psycho-soziale Praxis auf fünf Kontinenten. Klagenfurt: Drava.
- Preitler B. (2012). When Disaster Strikes in Time of War: Traditional Healing and Psychosocial Training Help Divided Communities Mourn Together // International Journal of Applied Psychoanalytic Studies 9 (3). 233-248.
- Prigerson H. et. al. (1997a). Traumatic Grief as a Risk Factor for Mental and Physical morbidity // Am. J. Psychiatry 154: 5; 616-623.
- Prigerson H. et. al. (1997b). Traumatic Grief: A Case of Loss - Induced Trauma // Am. J. Psychiatry 154:7, 1003-1008.
- Ramirez Castello N. (2010). Die Folgen der politischen Gewalt und der Versuch einer Bewältigung: Forschungsaufenthalt im peruanischen Andendorf Santiago de Lucanamarca // Ottomeyer K., Preitler B., Spitzer H. (2010) (Eds). Look I am a Foreigner. Interkulturelle Begegnung und psycho-soziale Praxis auf fünf Kontinenten. Klagenfurt: Drava, 30-49.
- Ramphele M. (1997). Political Widowhood in South Africa: The Embodiment of Ambiguity // Kleinman A., Das V., Lock M. (Eds). Social Suffering. Berkely: University of California Press 99-118.
- Rando T. A. (1992-93). The Increasing Prevalence of Complicated Mourning: The Onslaught is Just Beginning // Omega. 26 (1), 43-59.
- Rando T. A. (1993). Treatment of Complicated Mourning. Ottawa: Research Press.
- Rando T. A. (2003). Public Tragedy and Complicated Mourning. In: Lattanzi-Licht M., Doka K. J. (Eds). Coping with public tragedy. Living with grief. N. Y.: Brunner-Routledge, 263-274.
- Reddemann L. (2004). Eine Reise von 1.000 Meilen beginnt mit dem ersten Schritt. Freiburg i. Br.: Herder.
- Reddemann L. (2011). Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie. PITT- Das Manual. Stuttgart: Klett-Cotta.

- Rehberger R. (2004). Angst zu Trauern. Trauerabwehr in Bindungstheorie und psychotherapeutischer Praxis. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Remmers S. (2009). Wie der Verlust des Ehepartners bewältigt wird: Eine Längsschnittstudie zur Erfassung des Trauerverlaufs innerhalb des ersten Jahres nach dem Todesereignis. Dissertation an der Universität Koblenz-Landau. Göttingen: Cuvillier Verlag.
- Reynolds M. (2000). «War Has No Rules for Russian Forces Fighting in Chechnya». The Los Angeles Times September 17 2000. <http://articles.latimes.com/2000/sep/17/news/mn>
- Robins S. (2012). Constructing Meaning from Disappearance: Local Memorialisation of the Missing in Nepal. Paper submitted to ISA San Diego. Panel: In Search for Truth and Reconciliation, 1.4.2012.
- Rogers J., Spencer J., Uyangoda J. (1998). Sri Lanka. Political Violence and Ethnic Conflict // American Psychologist. July 771-777.
- Рогинский А. Б. (2009). Доклад на конференции «История сталинизма». Цит. по: <http://www.polit.ru/institutes/2008/12/11/memory.html>
- Roth J. (2010). Job. Dexter: Archipelago.
- Rothschild. B. (2006). Help for the Helper. Self-Care Strategies for Managing Burnout and Stress. N. Y.: Norton.
- Sabin M. et. al. (2003). Factors Associated With Poor Mental Health Among Guatemalan refugees Living in Mexico 20 Years After Civil Conflict. JAMA 290 (5), 635-642.
- Salahu-Din, Sakinah N. (1996). A comparison of Coping Strategies of African American and Caucasian Widows // Omega. 33 (2), 103-120.
- Sangster K. (1999). Truth Commissions: The Usefulness of Truth-Telling. Australian Journal of Human Rights. 136-158.
- Scheffer D. J. (2002). Justice for Cambodia. New York Times, 21.12. 2002, 3.
- Scherbakowa I. (2002). «Memorial» und «Opfer zweier Diktaturen.» «OST-WEST Europäische Perspektiven» (OWEP) 1/2002. 12-19.
- Schindler R. (1996). Mourning and Bereavement among Jewish Religious Families: A - time for Reflection and Recovery // Omega, 33 (2), 121-129.
- Schmidt-Häuer C. (2002). Eva in der Mördergrube. Eine Anthropologin aus Island gibt den namenlosen Opfern in den Massengräbern des Bosnienkriegs ihre Identität zurück Die Zeit, 52, n. g.
- Schreier H., Heyl M. (Eds) (1994). Die Gegenwart der Schoah. Zur Aktualität des Mordes an den europäischen Juden. Hamburg: Krämer.
- Schrepfer-Proskurjakov A. (2004). Russlands Krieg in Tschetschenien. asyl aktuell, 3, 2-7
- Sevensisterpost (2012). Mizo villagers bid adieu to 'missing' teenage couple. 20.8.2012, S. 4
- Shapiro E. R. (1994). Grief as a Family Process. A Developmental Approach to Clinical Practice. N. Y.: The Guilford Press.
- Sharma P. C. (n. g.). Report of the NHRC Committee on Missing Children. <http://www.childlineindia.org.in/CP-CRDownloads/Missing%20Child%20report%NHRC.pdf>
- Simpson J., Bennett J. (1985). The Disappeared and the Mothers of the Plaza. The Story of the 11 000 Argentino Who Vanished. N. Y.: St. Martin 's Press.
- Sluzki C. (1990). Disappeared: Semantic and Somatic Effects of Political Repression in a Family Seeking Therapy. Family Process, 29, 131-144.
- Sluzki C. (1994). Reclaiming Words, Reclaiming Worlds // Journal of Reviews and Commentary in Mental Health. 9 (2), 4-7.
- Smith A. L. (1992). Die «vermißte» Million. Zum Schicksal deutscher Kriegsgefangener nach dem Zweiten Weltkrieg. Schriftreihe der Vierteljahresreihe für Zeitgeschichte. München: Oldenbourg.
- Society for threatened peoples [Gesellschaft für Bedrohte Völker] (2004). Auch Jugendliche «verschwinden». [www.gfbv.de/voelker/asien/ltmemo.html](http://www.gfbv.de/voelker/asien/ltmemo.html)

- Солженицын А. И. (1973). Архипелаг Гулаг. Цит. по: <http://lib.ru/PROZA/SOLZHENICYN/gulag.txt>.
- Somasundaram D., Jamunanantha C. S. (2002). Psychosocial Consequences of War. Northern Sri Lankan Experience // de Jong J. (Ed.). Trauma, War and Violence. Public Mental Health in Socio-Cultural Context. N. Y: Kluwer Academic/Plenum Publishers.
- Somasunderan D., Jamunanantha C. S. (2002). Psychosocial Consequences of War. Northern Sri Lankan Experience // DeJong J. (Ed.). Trauma, War and Violence. Public Mental Health in Socio-Cultural Context. N. Y: Kluwer Academic Plenum Publishers.
- Spitz R. (1967). Vom Säugling zum Kleinkind. Stuttgart: Klett Cotta. Spolyar L. (n. g.). Die Grieving Process in MIA Wives // Hamilton I., Mccubbin et. al. (Eds). Family Separation and Reunion. Families of Prisoners of War and Servicemen Missing in Action. Washington, D. C.: U. S. Government Printing Office, 77-84.
- Staub E. (1998). Breaking the Cycle of Genocidal Violence: Healing and Reconciliation // Harvey J. H. (Ed.). Perspectives on Loss. A sourcebook. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Staub E. (2000). Genocide and Mass Killing: Origins, Prevention, Healing and Reconciliation // Political Psychology. 21, 367-382.
- Staub E., Pearlman L. A. (2006) Advancing Healing and Reconciliation // Barbanel. L., Sternberg. R. J. (Eds). Psychological Interventions in Times of Crisis. N. Y.: Springer, 213-244.
- Stroebe M. et. al. (1992). Broken hearts or broken bonds: Love and death in historical perspective // American Psychologist. V. 47, 1203-1212.
- Stroebe M., Schut H, Stroebe W. (1998). Trauma and Grief: A Comparative Analysis // Harvey J. H. (Ed.). Perspectives on Loss. A Sourcebook., Philadelphia: Brunner/Mazel, 115-132.
- Stroebe M., Schut H. (1999). The Dual Process Model of coping with bereavement: Rationale and description // Death Studies. 23, 197-224.
- Stroebe M., Schut. H. (2010). The Dual Process Model of Coping with Bereavement: A decade on // Omega. 61 (4). 273-289.
- Summerfield, D. (1998). The Social Experience of War and Some Issues for the Humanitarian Field // Bracken J., Perry C. (Eds). Rethinking the Trauma of War. London-N. Y.: Free Association Books, 9-37.
- Taylor D. (1997). Disappearing Acts. Durham, London: Duke University Press.
- Thiruchandran S. (1999). The Other Victims of War. Emergence of Female Headed Households in Eastern Sri Lanka. Colombo: Vikas Publishing House.
- Thornton S. W. (2000). Grief Transformed: the Mothers of the Plaza de Mayo // Omega. 41 (4), S. 279-289.
- Thangavelu V. (1996). The Rape and Murder of Teen Aged Krishanti Kumaraswamy by Sinhalese Soldiers. <http://nakeeran.tripod.com/KrishanthiA.htm>
- Towell L. (1994). House on Ninth Street. Duvengan, Ontario: Cormorant Books.
- Ung L. (2000). First they killed my father. N. Y.: Harper Collins.
- United Nations Human Rights (n. g.). International Convention for the Protection of All Persons from Enforced Disappearance. <http://www.ohchr.org/EN/HRBodies/CED/Pages/ConventionCED.aspx> (accessed on 12.7.2013)
- United Nations Treaty Collection. Chapter IV. Human Rights. 16. International Convention for the Protection of all Persons from Enforced Disappearance. [http://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg\\_no=IV-16&chapter=4&lang=en](http://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg_no=IV-16&chapter=4&lang=en),
- Van der Veer G. (1992). Counselling and Therapy with Refugees. Psychological Problems of Victims of War, Torture and Repression. West Sussex: John Wiley & Sons.
- Van der Kolk B. A. (1985). Adolescent vulnerability to post traumatic stress disorder // Psychiatry. 48, 365-370.
- Van der Kolk B. A. (1987). Psychological Trauma. Washington: American Psychiatric Press.
- Van Dexter J. (1986), Anticipatory Grief: Strategies for the Classroom // Rando T. A. (Ed.). Loss and anticipatory grief. Massachusetts: Lexington Books, D. C, 155-173.

- Vesti P. et. al. (1992). *Psychotherapy with torture survivors*. Copenhagen: RCT/IRCT.
- Varier T. V. E. (2004). *Memories of a Father*. Hongkong: Asian Human Rights Commission.
- Varvin S. (1998). *Psychoanalytic Psychotherapy with Traumatized Refugees: Integration, Symbolization, and Mourning* // *American Journal of Psychotherapy*. 52, 64-71.
- Veith C. (2008). *Die Bindungstheorie. Überblick und neuere Forschungsansätze*. Innsbruck: SPI-Schriften.
- Volkan V D. (1981). *Linking Objects and Linking Phenomena*. N. Y.: International Universities Press, Inc.
- Volkan V, Zintl E (2000). *Wege der Trauer. Leben mit Tod und Verlust*. Gießen: Psychosozial Verlag.
- Weisaeth L., Eitinger L. (1991). *Research on PTSD and other Posttraumatic Reactions: European Literature* // *PTSD Research Quarterly*, Spring 2/2, 1-2.
- Welt S. R., Herron W. G. (1990). *Narcissism and the psychotherapist*. N. Y.: Guilford Press.
- Winnicott D. W. (1953). *Transitional objects and transitional phenomena* // *International Journal of Psychoanalysis*. 34, 89-97.
- Winnicott D. W. (1956). *Primary maturational preoccupation*. *Collected papers: through paediatrics to psychoanalysis*, 300-305.
- Winnicott D. W. (1965) *The maturational processes and the facilitatory environment: studies in the theory of emotional development*. N. Y.: International Universities Press.
- Winnicott D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications.
- Wistrich R. S. (2002). *Who's Who in Nazi Germany*. Oxon: Routledge.
- Zalaquett J. (1992). *Balancing Ethical Imperatives and Political Constraints: The Dilemma of New Democracies Confronting Past Human Rights Violations* // *Hastings Law Journal*, 1425-1438.
- Zelman L. (1998). *After Survival: One man's mission in the cause of memory*. N. Y.: Holmes & Meier.
- Zepf S. (2001). *Trauma, Reizschutz und traumatische Neurose. Versuch einer Klärung der Konzepte Freuds* // *Forum der Psychoanalyse*. 17, 332-349.
- Zisook S., DeVaul R. (1983). *Greif, Unresolved Grief and Depression* // *Psychosomatics*. 24/3, 247-256.
- Zvizdic S., Butollo W. (2000). *War-Related Loss of One's Father and Persistent Depressive Reactions in Early Adolescents* // *European Psychologist*. 5 (3), 204-214.

## **Приложение**

Женевские Конвенции Красного Креста:

<http://www.icrc.org/rus/resources/documents/statement/geneva-conventions-statement-120809.htm>

Руководство целевой группы Межучрежденческого постоянного комитета по вопросам психического здоровья и психосоциальной поддержки в чрезвычайных ситуациях гуманитарного характера:

[http://www.who.int/mental\\_health/emergencies/what\\_humanitarian\\_health\\_actors\\_should\\_know\\_russian.pdf](http://www.who.int/mental_health/emergencies/what_humanitarian_health_actors_should_know_russian.pdf)

Международная коалиция против насильственных исчезновений (ICAED):

<http://www.icaed.org>

Международная конвенция о защите всех лиц от насильственных исчезновений, полная версия документа (рус.):

[http://www.un.org/ru/documents/decl\\_conv/conventions/disappearance.shtml](http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/conventions/disappearance.shtml)

Дополнительный протокол к Женевским конвенциям от 12 августа 1949 года, касающийся защиты жертв международных вооруженных конфликтов (Протокол I), Женева, 8 июня 1977 года:

<https://www.icrc.org/rus/resources/documents/misc/treaties-additional-protocol-1.htm>

Дополнительный протокол к Женевским конвенциям от 12 августа 1949 года, касающийся защиты жертв немеждународных вооруженных конфликтов (Протокол II), Женева, 8 июня 1977 года:

<https://www.icrc.org/rus/resources/documents/misc/6lkb3l.htm>

Рабочая группа ООН по насильственным или недобровольным исчезновениям:

<http://www.un.org/ru/rights/disappearances/wgeid.shtml>