Автор: Пушкарева Н. (Украина)

В семью пришла болезнь ребенка, и она полностью изменила жизнь семьи: изменились устои, от многого пришлось отказаться, что-то принять, многое приобрести, ездить, встречаться со специалистами, искать объяснения причин заболевания...

Эти объяснения и разные версии вносили сумятицу в умы родителей; менялись отношения супругов от не-верия до апатии и агрессии (направленной друг на друга или на себя). Потом, когда уже многое перепробовано, опускаются руки... и мы понимаем, что все бессмысленно. И уже много позже наступает понимание, что болезнь, как лакмусовая бумага, проявляет смысл твоей жизни. Жизнь твоя и внутренне и, главное, внешне начинает меняться. Ты понимаешь, что один против не выстоишь, не справишься и тогда семь-я становиться единой и крепкой, чтобы одолеть недуг. Или обнажается то, что семьи по-настоящему не было, а была только видимость, плоское изображение, за которым не было, по сути, ничего. И тогда каждый остается со своей болью и озлобленностью на другого.

Болезни детей — главная боль родителей. Боль позволяет увидеть, что в твоей жизни идет не так, как хотелось, а так, как принято и нужно, и строится с оглядкой на то, будет или не будет кем-то одобрено. Она показывает, что болезнь ребенка возникла в ТВОЕЙ семье, в ответ на то, что происходит в семье, между членами семьи.

Вспоминаю детскую мысль из того же «Дети пишут Богу»: «Господи, когда моя мама будет нормально есть и станет здорова? И когда мамина мама не будет проклинать папиного папу, а папина мама перестанет желать нам смерти? (Коля, 4 кл.)» (Дымов, 1997).

И в этой фразе маленького мудреца видно, что ребенок понимает то, чего мы, взрослые, не хотим видеть... ведь дело тут не всегда и не совсем в лекарствах, врачах, а в смене жизни, которая сложилась в семье, в которой болеет ребенок.

В одной из статей А.Е. Алексейчика об И.А. Ильине меня поразили важные мысли о болезни: «Она (болезнь) как посетитель: что он хочет от меня? Она как путешествие: куда же я попал? Она как друг, который хочет предостеречь меня: берегись, здесь ты сделал в жизни ошибку, здесь с тобою может случиться нечто серьезное. Что существенного она должна мне сказать? О моей жизни: что я не сумел хорошо ее устроить; что я не ценю здоровье как дар Божий; что я сам должен расплачиваться за свою вину в том, что заболел; что здоровье уже само по себе — счастье и радость» (Алексейчик, 2006).

Прочитав эти строки, поняла, что то, о чем хочу написать в этой статье, так красноречиво сказано И.А. Ильиным много лет назад, актуально в наше время, в нашей сегодняшней жизни.

И многое узнать о себе и других, о тех, кто по-настоящему близок или, к сожалению, далек, мы тоже можем через болезнь. Узнать, от чего можешь отказаться, чему новому научиться, что в себе изменить и готовы ли к этому те, кто рядом с тобой. Увидеть жизнь в другом цвете, вкусе, под другим углом, да и заметить то, чего раньше не замечал.

В моей жизни встреча с болезнью произошла пять лет назад. За это время среднестатистическая преуспевающая семья (муж — главный инженер крупного предприятия, жена — преподаватель вуза и сын) превратились в семью фермеров, живущих в селе с двумя детьми — сыном и дочкой. Через болезнь я посмотрела на свою жизнь и отношения с людьми по-новому. И если по Ильину, то сегодня я как путешественник исследую территорию болезни, ее «традиции, культуру, обычаи». Я как путешественник по болезни ребенка и как странствующий по своей жизни. Мои странствия — это не только новые встречи и впечатления; это всегда вызов «а смогу ли я, справлюсь ли?» В одном из походов вызов был принят, и почти два года назад очередное мое путешествие закончилось переездом из города в село. Работаю психологом в сельской школе и каждый день отправляюсь в одиночные, парные или многолюдные экспедиции.

Мне и моей семье болезнь помогла остановиться, научила замечать маленькие радости, и ценности в жизни сместились. Я стала более внимательна к мыслям моих малышей. Это было сделано не в угоду болезни, а для о-здоровления детей и семьи в целом. Исследовав границы болезни, ее законы и правила, решили спутать ее карты и сценарий, изменить всю свою жизнь.

Сменились картинки жизни, сместились векторы интересов, возникли совершенно новые заботы, появились новые навыки и умения, не осталось никаких предубеждений — что можно, чего нельзя, как на это посмотрят и как это оценят. Этот поворотный момент жизни называют точкой бифуркации (от лат. bifurcus — раздвоенный, вилка). Болезнь выступила «взмахом крыла бабочки» (помните фильм «Эффект бабочки»?) — произошел выбор разворота жизни. И с тех пор все пошло по совершенно другому пути.

Всматриваюсь в жизнь семьи и отмечаю, как на фоне изменений в семье стала вести себя болезнь. Ее характер изменился, она не сковывает все вокруг, мы научились с ней жить и не бояться. У нас теперь и лекари другие — свежий воздух, свобода, спокойствие. Мы не подчеркиваем уникальности болезни ни для себя, ни для ребенка, ни для окружения. Мы живем интересами детей, замечаем, как они растут, меняются, как меняемся мы в трудных условиях сельской жизни. Дети становятся более самостоятельными и серьезными, много уже знают и про трудности, и про радости. Многое из этого в той суетливой городской жизни я просто не успевала замечать. И опять как по Ильину: «Вообще о жизни: что она полна прекрасного, мимо которого я до сих пор слепо пробегал; что она предоставляет многочисленные возможности для любви, добра, самопожертвования и подвига, которым я, непонятно почему, дал пронестись мимо» (Алексейчик, 2006).

Теперь о себе и своей жизни, реализации себя в профессии. Два понятия: болезнь ребенка и самореализация — в моей жизни особым образом связались; болезнь повлияла на самореализацию, мою и мужа.

В общепринятом смысле по невидимой шкале социальной успешности мы потерпели крах. Но, с другой стороны, для нас потерпела крах эта самая шкала.

Вначале казалось, что приносишь в жертву карьеру и успешность, возникал конфликт между представлениями о самореализации и шансами облегчить состояние ребенка. Чем придется пожертвовать, кто и на сколько готов это сделать?

Потом понимаешь, что жертвуешь всего лишь общепринятыми представлениями о самореализации и не знаешь, что это такое на самом деле...

И возник вопрос, чем на самом деле является самореализация в контексте жизни отдельного человека и семьи в целом.

Интересно, что в Яндексе по запросу «самореализация» нашлось три миллиона ответов. Вместе с этим словом ищут слова самопознание, саморазвитие, карьера — словом, очень трендовое понятие. А что же за ним стоит?

Понятие это такое желанное, вкусное, навязанное нашим людям большим количеством популярной психологической литературы, огромным количеством тренингов и курсов. Почти каждому деловому человеку на этих курсах сегодня внушают, внушают и внушают, что он должен самореализоваться, чего бы это не стоило.

А о чем же говорил знаменитый американский психолог Абрахам Маслоу, которому приписывают изобретение и введение в научный оборот этого понятия?

Начались поиски в его работах. Абрахам Маслоу считается автором «пирамиды потребностей». Между прочим, ни в одной из его работ нет схематического изображения иерархии потребностей; напротив, он считал, что не может быть жесткой, единой для всех иерархии потребностей; она зависит от индивидуальных особенностей каждого человека, от того, как складывается его жизнь. У каждого своя иерархия, притом меняющаяся в течение жизни. Схему же, изображающую «пирамиду потребностей», можно найти в немецкоязычной литературе 1970 х годов, например, в первом издании учебника У. Стоп¬па (Stopp, s. 141); с ее помощью, видимо, пытались упрощенно изложить идею иерархии потребностей, и попутно исказили эту идею до неузнаваемости (Генкин, 2007).

Понятие **«самореализация»** у А. Маслоу — это мыслительный, когнитивный аспект деятельности, работа на внутреннем плане. Самореализация проявляется в построении и корректировке, перестройке своего Я, своих представлений о мире, своих планов, в изменении отношения к своему прошлому. Т.е. это процесс внутреннего плана, а не внешнего. САМО-РЕАЛИЗАЦИЯ у А. Маслоу тесно связана с наличием самости (SELF), с наличием отношения к своим мыслям, чувствам и поступкам, с наличием личной этики (Вахромов, 2001).

Коллеги, экзистенциальные консультанты, рассказывали, что не¬однократно сталкивались у клиентов с декларациями готовности на все ради своей самореализации. Часто ради нее оставляли семью, разрывали близкие отношения. Но вот парадокс — «само» как такового у этих людей, как правило, не удавалось обнаружить. Так что можно даже обозначить это как болезнь — **желание реализации «само» без наличия этого «само».**

Самореализация у нас — это чаще всего социореализация.

«Странно устроен человек: если перед ним лестница, ему обязательно надо вскарабкаться на самый верх. На самом верху холодно, дуют очень вредные для здоровья сквозняки, падать оттуда смертельно, ступеньки скользкие, опасные, и ты отлично знаешь это и все равно лезешь, карабкаешься, язык на плечо. Вопреки обстоятельствам, любым советам, лезешь, вопреки сопротивлению врагов, вопреки собственному здравому смыслу, предчувствиям — лезешь, лезешь, лезешь...» (Стругацкие, 2009).

Подрастающее поколение уже в школе изо всех сил старается соответствовать общепринятому, ориентируется на оценку, одобрение со стороны окружающих. У взрослых существует свой список из «правильных» дел, занятий, вещей, и по этому списку, который диктует «мода» взрослой жизни, мы учим жить молодых.

Карьера — машина — квартира — успех — слава — бренды — тренды и прочий внешний антураж в любом порядке, и желательно все и сразу. А для чего? «А чтоб, как у всех» и, главное, «что люди скажут» — и тогда ты состоялся, стал успешным. Научившись этому в школе, так и живут «бывшие дети» — взрослые, в погоне за тем самым списком.

Так и идем с постоянной оглядкой на «список успешной жизни». О простых радостях забываем в суете и погоне за успешностью. А когда достигаешь всего, то что-то пусто и

одиноко. Хочется бросить все и заняться чем-то совершенно другим. Но очень часто этого не случается, и так и «живешь, не приходя в сознание» и думаешь, что это и есть настоящая жизнь.

А. Маслоу вводит еще одно понятие, невероятно искаженное у нас сегодня — «самоактуализация».

А. Маслоу указывает, что самоактуализация — когда «причины поступков кроются в самой деятельности, в переживаниях, связанных с этой деятельностью ... [люди] умеют получать наслаждение от самого процесса, умеют чувствовать самоценность деятельности, и она важна для них не меньше, а быть может больше, чем результат» (Maslow, 1967).

Как это не похоже на то, каким смыслом наделяют эти понятия сегодня — быть отличником, занять определенную должность, получить статус...

Думая о своей жизни, теперь понимаю, что болезнь ребенка возникла как возможность вернуться нам к «жизни», начать обретать самореализацию, оздоровить самоактуализацию.

Далее мы будем говорить о «самореализации» только в том смысле, в котором его употребляют в нашей повседневности, а не в том, который вкладывал в него А. Маслоу.

Мне удалось насчитать три искажения смыслов того, о чем писал А. Маслоу, в нашем сегодняшнем словоупотреблении.

Первое искажение.

«Самореализация» часто употребляется как лозунг, под которым осуществляется побег от трудностей жизни (например, от семьи в работу, от работы в декрет), как способ доказательства своей состоятельности (родителям, друзьям, всему миру).

Работая школьным психологом, недавно наблюдала такую ситуацию: мама-домохозяйка подростка «группы риска», не справляющаяся с его воспитанием, предлагает себя в качестве волонтера в организации культурных мероприятий для школьников. На вопрос, зачем ей это, отвечает: «Скучно дома, хочу быть полезной для кого-то». При этом явно осуществляется побег от трудностей с собственным сыном и попытка скомпенсировать неудачи в воспитании собственного ребенка заботой о других детях и самореализацией в общественной жизни.

Второе искажение.

«Самореализация» в нашем современном повседневном употреблении похожа на «самоактуализацию» по Маслоу, но не имеет отношения ни к тому, ни к другому.

Приблизиться к самоактуализации, о которой говорил А. Маслоу, возможно, если дело, которым вы занимаетесь, влечет вас к себе, интересно вам, если смысл заниматься этим делом заключается в самом этом деле, а не в чем-то ином; если это дело для вас — свое, этим делом вы занимаетесь несмотря ни на что — приносит ли оно материальное благополучие или нет, дает статус или нет, устали вы или нет; если, будучи лишенными этого дела, вы страдаете, как если бы вам произвели ампутацию какого-то жизненно важного органа... А. Эйнштейн в своей работе «Мотивы научного исследования» отмечает, что, собственно говоря, только благодаря людям, живущим так, было построено и продолжает строиться здание мировой науки (Эйнштейн, 1967, с. 39).

Посмотрите на свою жизнь и попробуйте сравнить с вышесказанным.

Третье искажение.

Часто приходится сталкиваться с тем, что мы занимаемся каким-либо делом не ради этого дела, а ради чего-то другого. Из моего прошлого опыта преподавателя вуза вспоминается ситуация девушки-студентки, которая стремится стать отличницей и старостой группы. Вопрос: «Зачем?» ставит ее в тупик, она пожимает плечами. А вот когда спрашиваю: «Для кого?» — она, краснея, называет имя молодого человека, студента того же вуза, с которым не сложились отношения. Формулирует это так: «Хочу ему доказать, что я не хуже, пусть пожалеет, что потерял меня».

А. Эйнштейн об этом пишет: «Некоторые занимаются наукой с гордым чувством своего интеллектуального превосходства... можно найти в храме и других: плоды своих мыслей они приносят здесь в жертву только в утилитарных целях... Если бы посланный Богом ангел пришел в храм и изгнал из него тех, кто принадлежит к этим двум категориям... по отношению ко многим принятое решение было бы для нашего ангела горьким. Но одно кажется мне несомненным: если бы существовали только люди, подобные изгнанным, храм не поднялся бы, как не мог бы вырасти лес из одних лишь вьющихся растений» (Эйнштейн, 1967, с. 39).

Эти три искажения я называю болезнями самореализации.

В моем случае болезнь ребенка помогла увидеть эти болезни (сразу три). Возможно, их намного больше... Возможно, вы найдете и другие признаки (симптомы) болеющей самореализации.

Эта статья — не призыв к тому, чтобы не добиваться своих целей, не стремиться ставить их, а наоборот, если ставить — то «ЗАЧЕМ? ДЛЯ КОГО? НА СКОЛЬКО? КАКОЙ ЦЕНОЙ? И ЧТО ДАЛЬШЕ?»

P.S. Так сложилось, что эти размышления были написаны в больнице и, читая дочери книгу, я увидела замечательное детское стихотворение Э. Машковской:

«Они любили свою работу,

Они работали даже в субботу.

Стоило только начать, —

Они любили качать.

Ведь были они качели!

Качать качели хотели

И если кругом никого-никого —

в ненастный вечер, —

Сажали ветер

и раскачивали его!»

(Мошковская, 2012).

Чем не пример настоящей самореализации: так просто и по-детски, в десять строчек — все то, о чем вам хотела рассказать!

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексейчик А. Антон Иванович Деникин, Иван Александрович Ильин, русские люди, которые не проиграли свою гражданскую войну и которые помогают ее выиграть нам // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2006. № 1 (8). С. 7-19. [Электронный ресурс] URL: http://www.existradi.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=163:2009-08-03-17-58-50&catid=45:-8&Itemid=59.

2. Вахромов Е.Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации. М., 2001.

3. Генкин Б.М. Экономика и социология труда: Учебник для вузов. М., 2007. [Электронный ресурс] URL: http://uchebnik.biz/book/571-yekonomika-i-sociologiya-truda/20-31-istoriya-problemy-ili-pochemu-a-maslou-ne-stroil-piramidu-potrebnostej.html.

4. Дымов М. Дети пишут Богу. Рига, 1997.

5. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. СПб., 1997.

6. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 1999.

7. Мошковская Э. Хитрые старушки: Стихи. М., 2012.

8. Стругацкие А.Н. и Б.Н. Цитаты. Афоризмы. [Электронный ресурс] URL: http://cpsy.ru/cit1074.htm

9. Эйнштейн А. Мотивы научного исследования: Собр. науч. тр. Т. 4. М., 1967.

10. Maslow A. Self-actualizing and Beyond. In: Challenges of Humanistic Psychology. N.Y., 1967.

11. Stopp U. Personalmanagement. Munchen, 1975.