

## ЦЕННОСТНЫЕ И ДУХОВНЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОТЕРАПИИ

Кретьева Лола Адриановна

### Жизненный мир сада: надежды и кризисы загородной жизни

Терапевты часто склонны смотреть строго на проблему, исследовать критическую ситуацию, не уделяя достаточного внимания жизненному миру клиента с его архетипическим, символическим и творческим ресурсом. Данное сообщение направлено на то, чтобы обратить внимание на важный ракурс, который может оказать влияние на восприятие проблемы клиента обоими участниками процесса терапии.

Я хочу рассказать вам о моем опыте работы с клиентами, запрос которых так или иначе был связан с их жизнью в загородном доме. Данные размышления основаны на опыте консультаций 2015–2017 годов. Круг клиентов сложился таким образом, что в нем преобладали москвичи, уехавшие за город жить постоянно. Вероятно, выбирая психолога, они рассчитывали, если подразумевать «план выражения», на определенную сопричастность, схожесть опыта и соответствующее понимание их проблем.

Описывая свою критическую ситуацию главным образом в терминах стресса и фрустрации, клиенты стремились поведать о безнадежно затянувшихся внутрисемейных неурядицах, о бесплодных попытках реализовать себя, живя за городом, об ослаблении дружеских связей и знакомств, о гнетущей неопределенности в вопросах наследства, об изматывающем нервы конфликте с родственником или соседом. Фоном критической ситуации выступала жизнь в загородном доме и – соответственно – принятое решение переехать из Москвы в частный дом, соответствующая переезду смена деятельности, окружения, образа жизни.

Будучи людьми, осведомленными о том, какие запросы и проблемы можно предъявить в современном мире, клиенты охотно называли такие известные, популяризованные мотивы выбора загородной жизни как «экология», «безопасность», «семейные ценности», «личное пространство», «творчество» и оперировали данными о пользе садоводства для психического и физического здоровья человека, не испытывая при этом внутреннего согласия и удовлетворения.

В процессе консультирования ощущался диссонанс между «сознательным» эмоциональным отношением к заявляемой проблеме и скрываемой чувствительностью, внутренним накалом страстей по отношению к некоему иному вопросу клиента, иному миру, обладающему большей ценностью и смысловой значимостью, нежели заявляемый. Невербально такое несоответствие могло проявляться в нетерпеливых позах клиента, бросаемых вскользь взглядах, хорошо знакомых терапевтам: «Вы же понимаете, что, скорее всего, я не это имею в виду».

Представляется, что для понимания того, что же имеет в виду клиент, терапевту важно не упускать из виду, что собой представляет то самое принятое решение клиента уехать за город, иметь свой дом и сад: на что «покусился» клиент, осуществив свое намерение. То есть уделить внимание тому «фону», который бросает ответ на переживание клиента и возможно, меняет смысл его проблемы.

В связи с этим я хотела бы рассмотреть, что представляет собой тот мир, к которому устремляются люди в поисках своего дома и сада.

Наиболее популярные цитаты о саде в общих чертах склоняют увидеть в загородной жизни нечто большее, нежели средство для совладания со стрессом и достижения целей.

Сад – прежде всего не архитектурное сооружение, не подсобное хозяйство, а выражение жизненного мира человека и жизни человека в мире, жизни в движении, в том числе ее семантическое выражение. Сад – это пространство, где одновременно разворачивается переживание человека и его сопереживание себе и миру. Сад читаем, сад говорит, у сада есть поэтическая установка и план осмысления. Сад, как и русский роман, обладает смысловой динамикой переживания, «напряжением плоти к смыслу».

Нынешние частные сады в своем смысловом разнообразии нередко представляют то или иное отображение мира, свойственное садам определенных эпох с их семантическим выражением чаяний, переживаний и смыслов:

Сад средневековый, воспринимаемый как книга, которую надлежит читать (а книги, в свою очередь, часто назывались садами), как сад огражденный – спасающий, изолирующий от греха.

Сад ренессансный, снимающий противоречие между человеком и природой – отображение наивной целостности бытия, не знающий противопоставления разных частей его – мира и человека, тела и духа, чувственности и разумности.

Сад барочный, вещающий мысли, а не настроения, подчиняющий природу формам, дающий место иронии, остроумию, новизне.

Сад романтический – уединение в движении, отдохновение, напоминание о времени, о мимолетности и суетности всего в мире, невидимость оград при их существовании, выразительность чувств, совпадение в мироощущении, настроении, в движениях природы и души.

Таким образом, бытийное и смыслообразующее измерение сада может играть принципиальную, зачастую определяющую роль как в возникновении, так и в разрешении проблем клиента, связанных с его загородной жизнью. Будучи недооцененным со стороны терапевта, сад как смыслообразующее пространство может составить конкуренцию процессу терапии, если заданный терапевтом смысловой уровень окажется недостаточным.

Современные владельцы садов зачастую говорят о своих садах довольно банально, в терминах «заботы»: посадок, урожая, погоды, садовых вредителей, дорожных трудностей и трудностей строительных работ. Владелец сада по-своему «нем», «банален», «безотчетен», ибо уже отдал свое слово, свою выразимость саду: за него «говорит» сад. Для того, чтобы обратиться к бытийному, смыслообразующему изменению сада, представляется важным вернуть клиенту возможность выразить значимые для него ценности и смыслы.

При подготовке этого доклада был проведен опрос в одной из групп соцсетей, участниками которой являются москвичи, имеющие свой сад и дом или дачу. Участникам был задан вопрос «Почему собственный сад для меня важен и ценен» и предложено выбрать наиболее значимый для них ответ:

Здесь я могу созидать: смотреть как что-то растет, меняется, цветет, приносит плоды	64
Здесь я отдыхаю от городской жизни	50
Здесь я могу быть собой, размышлять, чувствовать жизнь	30
Это сад моих родителей, фамильный сад	15
Это моя земля, моя территория	15
Здесь могут играть мои дети	6
Сад – прообраз чего-то большего, и я это ощущаю	4
Сад дает мне знание о себе, перспективу собственного развития	2
Я – успешный садовод, здесь я реализую свои способности	1
Сад – важное подспорье в хозяйстве	0

Некоторые участники опроса сочли необходимым внести свои добавления: «сад – это жизнь», «сад – это созидание, внутри него целый мир», «сад – это способ упорядочить жизнь» и т.д., что в определенной мере соотносится со смыслами, которые сад носил в разные эпохи.

Обращение к смысловому пространству сада, к мотивам, побудившим клиента избрать загородную жизнь с ее трудностями, неопределенностью, уязвимостью, внимание образу сада, замысленному и воплощаемому клиентом, помогает ему иначе взглянуть на свою жизненную ситуацию и заявленную проблему.

Понимание значимости сада как пространства для созидания, смыслообразующего пространства, как микромира человека и его вселенной может оказать влияние на ход консультации и дать ответ в том числе на такие вопросы, как: почему дети и подростки так неохотно помогают родителям в саду, который не является их собственным, почему бывают конфликты, если сад не был выбран самим человеком / супругами, почему сад оказывается важнее друзей и высокооплачиваемой работы, почему спор о старом дереве на границе участков может превратиться в войну и т.д.

Круг клиентов – владельцев сада может представляться слишком узким на сегодняшний день, тем не менее он будет неизменно увеличиваться, ибо растет количество людей, оставляющих городскую жизнь ради сада, ради той отрады, того душевного удовлетворения и смыслов, которые привносит в жизнь человека созидание и созерцание сада.

### Литература

1. *Василюк Ф. Е.* Психология переживания. М.: МГУ, 1984. 200 с.
2. *Василюк Ф.Е.* Сопереживание как центральная категория понимающей психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 5. С. 205–227.
3. *Лихачев Д.С.* Поэзия садов. М.: КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2018. 426 с.