

Чарльз А. Корр
(перевод Дарьи Дубовки)

Углубляя понятие бесправного горя¹

В 1989 году Дока (Doка 1989а) первым предложил понятие «бесправное горе». Эта концепция сразу привлекла внимание. Ее стали широко использовать как специалисты, помогающие людям, переживающим потерю, так и исследователи, чей профессиональный интерес лежал в области смерти, умирания и горя. В частности, это понятие начали применять для описания и изучения опыта людей, перенесших тяжелую утрату.

В своей работе Дока описывает те аспекты проживания горя, на которые наложен отпечаток бесправия, приводит примеры того, как именно горе лишается легитимности и указывает, чем же это понятие ценно для нас. Данная статья призвана углубить понимание концепции бесправного горя и тем самым – осознание всех тех явлений, с которыми может быть связано переживание тяжелой утраты. Я начну свой анализ с ревизии понятия «бесправное горе», предложенного Дока, после чего займусь поиском решения

двух вопросов: 1) что же точно имеется в виду под бесправным горем? 2) что может быть бесправным в горе? Ответы на них обогатят и без того плодотворную концепцию Дока и изучение горя в целом, а также помогут специалистам в поиске оптимальных способов помощи переживающим утрату, особенно тем, у кого она оказалась бесправной.

Бесправное горе: оригинальная концепция

В своей работе Дока (Doка 1989а: 4) определил бесправное горе как «горе, переживаемое, когда утрата не может быть открыто выражена, публично оплакиваема и не принимается обществом». Также он предположил, что горе теряет легитимность в трех случаях: 1) не признаны отношения 2) не признана потеря 3) не признан скорбящий. Следующие комментарии к каждому из этих пунктов помогут прояснить концепцию Дока.

1. Corr, C. (1998). Enhancing the concept of disenfranchised grief. *Omega*. 38. 1-20.

Бесправные отношения

Сколько можно плакать и печалиться по тому человеку? Вы ведь даже не были близки.

Я не понимаю, чего так переживать из-за смерти бывшего мужа? Он был просто ничтожеством; ты же терпеть его не могла, и сама бросила бог знает сколько лет назад! Зачем плакать из-за того, что он теперь ушел навсегда?

Фолта и Дек (Folta & Deck 1976: 235) писали: «Негласно установлено, что “близкие отношения” возможны только между супругами или ближайшими родственниками». Никому не известные, оставшиеся в прошлом или тайные отношения могут быть не признаны публично и не одобрены социально. Бесправные отношения включают и такие связи, которые санкционированы в теории, но не поощряются на практике или в конкретных случаях: например, дружеские, между коллегами, некровными родственниками, бывшими супругами или любовниками. Бесправными могут считаться и нетрадиционные связи: внебрачные или гомосексуальные. Все подобные отношения могут быть восприняты обществом как недостаточно близкие или просто неподходящие для скорби — так возникает бесправное горе.

Бесправная потеря

Ладно тебе переживать из-за выкидыша! Это же не был даже настоящий ребенок, и потом у тебя уже есть четверо детей. Ты даже можешь завести еще, если захочешь.

Ну, хватит реветь об этом сдохшем котике. Это же просто животное. Умри ты — кот бы не огорчился. И если ты прекратишь плакать, я куплю тебе нового котенка.

Потеря становится непризнанной, когда часть общества не готова согласиться, что определенные события действительно являются утратой. Например, до недавнего времени (а кое-где — и поныне) перинатальная смерть, аборт или утрата частей тела не считалась существенной потерей. Смерть домашнего животного тоже мало кто назовет трагедией. Также общество только учится признавать страдание, которое приносят болезни, уничтожающие индивидуальность и заставляющие близких считать больного человека фактически умершим, даже если он биологически жив. Как сказал один мужчина, у супруги которого — прогрессирующий Альцгеймер, «хотя она еще жива и мы не в разводе, с медицинской точки зрения мы уже расстались». Таким образом, утраты, вызванные подобными медицинскими причинами, не признаны, то есть общество не считает их достаточными для полноценного горя или, по крайней мере, такого горя, которое вызвано физической смертью.

Бесправный скорбящий

Я не понимаю, почему этот старикан из 103-й все ноет и скулит о смерти своей болтливой дочки, которая приходила к нему раз в неделю. С его-то дырявой памятью и слабоумием, он едва ли замечал, что дочка вообще бывала у него.

Я говорил Джонни, что ему следует вести себя как взрослому мужчине и прекратить плакать об умершем дедушке. В конце концов, он слишком мал, чтобы действительно помнить дедушку или чтобы понимать, что такое смерть.

Здесь непризнание в основном связано с конкретным человеком, которому общество отказывает в статусе горюющего. Например, зачастую дети, глубокие старики и люди с умственными отклонениями считаются либо не способными горевать, либо не имеющими потребности горе-

вать. В этом случае бесправие относится не к отношениям или утрате, а к самому человеку, чей статус главного действующего лица совершающейся драмы не признан или не оценен.

Бесправная смерть

Этот подросток, покончивший с собой, явно не заслуживает всего этого мрамора. Его семья, наверняка, тоже хороша. Не переживай о них, а лучше держись подальше.

Да, жалко, конечно, этого актера, который умер от СПИДа. Но это Бог наказал его за распутство. А сейчас его бойфренд пустит все его деньги на ветер. Не стоит особенно из-за всего этого горевать.

В своей статье Дока (Doka 1989a) говорит, что в некоторых случаях сама смерть может быть бесправной. В качестве примера он упоминает самоубийство или смерть от СПИДа. Общество осуждает определенные типы смерти в основном из-за того, что они слишком сложны для понимания или ассоциируются с социальной стигмой. Как результат, характер смерти делает бесправным обычный процесс оплакивания умершего. Однако не любое общество будет рассматривать кончину вследствие суицида или СПИДа как бесправную. Другими словами, то, что бесправно в одном социальном контексте, может не быть таковым в другом. Таким образом, смысл статьи Дока в том, что бесправность горя всегда коренится в определенных общественных отношениях и ценностях.

В чем важность «бесправного горя»?

Цель привлечения внимания к этому явлению и источникам его возникновения, по мнению

Дока (Doka 1989a: 7), в том, что «сама природа бесправного горя создает дополнительные сложности в переживании утраты, лишая горящего социальной поддержки». Эти дополнительные проблемы возникают из-за того, что бесправное горе связано с интенсивными эмоциональными реакциями (такими как гнев, вина, чувство бессилия), амбивалентными отношениями (в некоторых случаях прерывания беременности или в ситуации с бывшими супругами) и попутными сложностями (включающими проблемы с законом или финансовые трудности). У бесправного горя нет инфраструктуры для выражения. Отношение общественности делает невозможным использование привычных средств проявления горя (например, похоронные ритуалы и возможность принять в них участие). Также бесправно горящий не может получить обычную социальную поддержку, рассказав о потере, вызвать сочувствие окружающих, получить выходной на работе или найти утешение в религии.

Думаю, уже очевидно, что проблемы, связанные с бесправным горем, заслуживают внимания. Они демонстрируют, что общество часто относится к горящему с осуждением (открыто выраженным или нет) и почти не старается помочь ему. Получается, оно само лишает горе его прав, действуя согласно определенной системе ценностей и в интересах большинства своих членов. Таким образом, бесправное горе – безусловно, важное явление. Интересно и то, что оно проживается по-разному в разных сообществах, его достаточно легко исследовать, и оно болезненно как для отдельных членов общества, так и порой для него самого в целом. Следовательно, дальнейшее исследование бесправного горя и того, что именно в нем может потерять легитимность, принесет нам несомненную пользу.

Что имеется в виду под **бесправным горем?**

Как уже было сказано, горе всегда переживается в определенном социальном и культурном контексте. Концепция **бесправного горя** демонстрирует, что разнообразными явными или скрытыми способами сообщества могут отказывать горю в признании, легитимации, а также – в социальной поддержке людям, семьям и малым группам.

Нужно подчеркнуть, что горе, о котором мы говорим, не просто замалчиваемое, игнорируемое или забытое. Любой скорбящий может решить хранить молчание и не открывать обществу свою утрату. Такая коммуникативная неудача (человек не рассказывает о своих чувствах) еще не означает, что само горе **бесправно**. Общество может быть готово признать, легитимировать горе и оказать поддержку, но человек по каким-либо своим причинам предпочитает держать свое состояние в тайне.

Но даже когда человек готов разделить с кем-то свое горе, общество не всегда это замечает. Гюйлэй (Gyulay 1975) называла тех, чьи внуки умерли, «забытыми скорбящими». Она отмечала, что все внимание, связанное со смертью детей, фокусируется на родителях, братьях и сестрах, в то время как дедушки и бабушки игнорируются. Фактически, однако, старшее поколение в этом случае одновременно и переживает утрату внуков, и сочувствует горю своих собственных детей, родителей умершего ребенка (Hamilton 1978). Когда это двойное горе привлекает внимание общества, оно встречает уважение и признание.

Одним словом, понятие **бесправного горя** выходит за рамки простого незнания о чьей-либо скорби. Оно несет в себе более или менее активный процесс отречения и отторжения. Неудивительно, что слово «**бесправный**» – *disenfranchise* – происходит от термина *enfranchise*, который имеет два значения: 1) отпустить на волю (раба или крепостного), 2) при-

знавать муниципальные и политические права (The Oxford English Dictionary 1989. Vol. 5: 246). Сейчас термин *enfranchise* наиболее широко употребляется в значении предоставления человеку избирательных прав или права представительства в парламенте. В свою очередь, лишение прав – *disenfranchisement* – применяется к тем, на кого не распространяются социальные права и гарантии общества.

Более современное значение *enfranchise* подразумевает выдачу франшизы или лицензии на продажу некоего национального или интернационального продукта или услуги на местном уровне. Например, можно приобрести франшизу на продажу определенной марки фастфуда или автомобилей или рекламировать местную гостиницу как часть национальной сети отелей. В большинстве случаев за франшизу надо платить, а также она обязует предоставлять сервис определенного уровня и продукт определенного типа. Когда эти соглашения нарушаются, использование франшизы может быть приостановлено или навсегда прекращено. В любом случае это слово подразумевает право вести себя определенным образом (голосовать, быть держателем или агентом франшизы).

В нашем случае это слово означает, что общество наделяет правом горевать того, кого оно распознает как скорбящего. Эти люди могут свободно и публично выражать свое горе и получать поддержку от других, по крайней мере, в социально одобренных границах. **Бесправное горе** не вписывается в понятие «нормального» и, следовательно, лишается легитимности и той свободы проявления, которая дается последнему (Doka 1989b; Pine et al. 1990).

Что может быть **бесправным в горе?** **Тяжелая утрата**

Дока абсолютно прав, отмечая, что **бесправными** могут быть отношения, потери или сам скор-

блещущий. Три эти элемента являются ключевыми в определении тяжелой утраты – bereavement. Таким образом, концепция Дока по-настоящему относится только к бесправной тяжелой утрате. Следовательно, нам, чтобы изучить бесправное горе, нужно сначала разобраться с понятием тяжелой утраты.

Слово bereavement широко используется для обозначения объективной ситуации, в которой кто-либо переживает серьезную потерю. Если нет никакого значимого человека или объекта, к которому привязан индивид, не будет и никакой тяжелой утраты. Например, когда родители угрожают забрать у ребенка порцию шпината (его нелюбимое блюдо) в качестве «наказания» за отказ доесть до конца, вряд ли ребенок переживает чувство потери. Если даже объект был значим для ребенка, но ребенок понимал, что угроза не осуществится (поскольку раньше родители не шли дальше слов), то опять же он не испытает никакого чувства утраты. Таким образом, если нет никого, кто бы горевал о потере, то нет и потери или горя. По факту, мы не можем говорить о скорбящем, если угрозы пусты, если произнесены в отсутствии того, кому предназначались, или если потенциальный скорбящий еще не знает о своей скорби, как в случае, если известие о смерти любимого человека еще не было ему доставлено.

Одним словом, понятия тяжелой утраты (bereavement) и переживающих тяжелую утрату (bereaved) применимы только к таким ситуациям и людям, в которых кто-то ощущает себя лишившимся значимого человека или объекта. Как bereavement, так и bereaved (в современном английском нет формы настоящего времени у этого причастия) являются производными от глагола, весьма редко используемого в разговорном английском. Этот глагол – reave – означает «разорвать, грабить или принудительно лишать» (The Oxford English Dictionary 1989. Vol. 13: 295). Таким образом, переживающий тяжелую утрату – это человек, который был

ограблен или лишен чего-либо. Мы видим, что «отнятый» человек или объект был ценен, и лишение его нанесет вред утратившему. В нашем обществе многие переживающие утрату свидетельствуют, что сталкивались с уменьшением важности их потери, будь то бесправное горе или нет.

Мы могли бы продолжить рассматривать каждый из трех элементов бесправного горя, предложенных Дока. В этом случае итогами нашего исследования были бы: 1) подробное описание различных типов отношений между людьми, включая те базовые привязанности, которые служат удовлетворению важнейших человеческих потребностей 2) перечисление потерь, связанных с человеческими отношениями: постоянных и временных, окончательных и обратимых; 3) список множества различных типов горюющих. Если бы мы проделали такую работу, стало бы очевидным, что смерть является лишь одной из множества возможных утрат и что определенный вид смерти с большей вероятностью будет бесправным. Также мы бы узнали, что бесправие вредит как индивиду, так, возможно, и обществу, но за возвращение прав тоже приходится расплачиваться (Davidowitz & Myrick 1984; Kamerman 1993).

Я описал разные способы расширить понятие бесправного горя. В большинстве из них за основу берется концепция Дока и применяется к определенным типам отношений, потерь и скорбящих. В последние годы было издано множество блестящих работ, выполненных таким образом (например, Becker 1997; Kaczmarek & Backlund 1991; Schwebach & Thornton 1992; Thornton, Robertson & Mlecko 1991; Zupanick 1994).

В данной статье, мне кажется, будет полезнее расширить понятие «бесправное горе», критически рассмотрев динамические компоненты опыта переживающих тяжкую утрату, прежде всего такие, как горе, траур и их производные.

Горе

Прекрати страдать! Выбрось ты все эти тяжёлые мысли из головы, и сразу полегчает.

Люди, которых лишили или которые считают себя лишёнными чего-то ценного для них, обычно так или иначе реагируют на эту ситуацию. Мы даже будем удивлены, если они ничего не предпримут. Отсутствие реакции может быть прочитано как то, что умерший человек/утраченный объект не были так уж ценны для скорбящего, или что потенциальный скорбящий не знает о своей потере, или что вмешались другие факторы. Реакция на потерю – это и есть «горе». Слово *grief* уходит корнями к понятию тяжёлой ноши, которая давит на человека, переживающего утрату (The Oxford English Dictionary 1989. Vol. 6: 834-835).

Эти реакции на утрату лишаются прав, когда они целиком или частично, в своей сути или в своем выражении не признаны и не легитимированы обществом. Сколько раз горящий может услышать от окружающих: «прекрати страдать», «постарайся не думать об этом», «не говори об этом» (о Боге, докторе или человеке, который стал причиной смерти), «не надо так себя вести из-за смерти любимого человека». В одних обстоятельствах любая реакция расценивается как неприемлемая, в других – некоторые реакции возможны, а некоторые нет. В одних случаях отрицается сама реакция, а в других – только ее выражение. Как известно, «говори и делай, что хочешь, покуда это не мешает другим»: общество принуждает человека переживать свое горе только в приватной сфере, чтобы не причинять беспокойства окружающим, или выражать его публично лишь определенным способом. Следствием всех этих практик является несправие либо каких-то аспектов горя, либо способов его проявления.

Горе как эмоция?

Ты подавлен смертью матери – это естественно. Ты можешь пережить, если хочешь. Но тебе нужно снова начать есть и нормально высыпаться.

Мой коллега был таким классным парнем. Но после смерти своей сестры он иногда приходит на работу и будто в тумане, и никакой концентрации на деле. Я говорил ему собраться и сфокусироваться на работе.

Моя подруга из клуба для пожилых всегда была такой веселой. Но после смерти внука она все спрашивает, почему Бог позволяет, чтобы плохие вещи случались с хорошими людьми. Я говорила ей, что это нормально, что она переживает, но ей нужно принять волю Божью и перестать задаваться этим вопросом.

Во всех этих примерах само чувство утраты легитимировано, но его проявление подвергается ограничению. То же самое несправие горя можно заметить и в профессиональной литературе, посвященной тяжелым утратам. Например, зачастую горе определяется как «эмоциональная реакция на потерю». Это определение одновременно и очевидное, и неверное. Конечно, горящий может реагировать эмоционально, но может – и нет. Неосторожное, бездумное или умышленное ограничение горя его эмоциональной составляющей – один из способов отчуждения горя как совокупного явления.

В связи с этим Элиас (Elias 1991) предупреждает своих читателей: «В широком смысле эмоции имеют три составляющие: соматическую, поведенческую и собственно эмоциональную» (177). Таким образом, «термин “эмоции” даже в профессиональной среде используется двояко... В широком смысле понятие “эмоции” применяется к реакции всего организма: на соматическом, поведенческом и эмоциональном

уровнях... В узком смысле термин “эмоции” отсылает только к чувствам” (Elias 1991 : 119).

Важность чувств в общей реакции на горе несомненна, но также важны и другие аспекты этой реакции: соматические и физические ощущения, поведение или поведенческие расстройства, согласно Элиасу, а также когнитивное, социальное и духовное функционирование индивида. Создание полного списка реакций на горе не является нашей главной целью. Однако важно подчеркнуть, что человек может реагировать на тяжелую утрату всем своим существом. Отказ видеть в горе сложный опыт ведет к отрицанию его насыщенности и глубины.

Горе как симптом?

Как психиатр и ее зять я пытался поговорить с ней о смерти мужа. Она отказалась и опечалилась, когда я сказал, что ее нежелание обсуждать со мной ее реакцию на смерть есть классический симптом патологического горя. Она сказала, что она поговорила с сестрой и не хочет обсуждать эту тему ни со мной, ни с тобой, ни с другими детьми.

Печаль и плач являются двумя главными симптомами горя. Как только мы обнаружим их, мы должны сразу направлять пациента на терапию.

Ограничить горе можно также посредством использования определенного дискурса, например, использовать слово «симптом», описывая как осложненное, так и обычное горе. В принципе, горе – это естественная и здоровая реакция на утрату. Напротив, отсутствие реакции на смерть значимого человека или важную потерю можно считать нездоровым. Однако большинство реагирует на горе естественным образом. В ситуации обычного горя,

которое составляет большинство случаев переживаний тяжелой утраты, мы должны говорить о знаках, проявлениях, выражениях горя, но не о симптомах. Лучше избегать термина «симптом», если только мы не хотим привнести медицинский дискурс, чтобы подчеркнуть отклонение, нездоровую реакцию на потерю. Когда мы говорим «симптом», описывая переживания, мы патологизируем горе и подвергаем сомнению здравость и естественность человеческих реакций на потерю.

Траур

Ладно, с того момента, как Керри умерла, мы непрерывно скорбим по ней. Но теперь, когда мы похоронили ее, может, хватит? Больше мы уже ничего не сможем сделать, да и больше ничего не надо делать. Так что давайте оставим все эти переживания и будем двигаться дальше.

Многие аспекты горя от тяжелой утраты по существу являются защитной реакцией. Я говорю о стремлении преодолеть боль от утраты через отрицание, гнев или печаль. Однако переживание тяжелой утраты не исчерпывается этими чувствами. Другим важным элементом здорового проживания горя будет поиск путей, которые позволят жить с понесенной утратой и преодолеть трудности, вызванные этой потерей. Как пишет Вайсман (Weisman 1984: 36), справляться – это позитивный подход; защищаться – негативный. Если коротко, то «справляться» – это те усилия, которые мы предпринимаем, чтобы управлять стрессорами (Lazarus & Folkman 1984). В нашем контексте траур и будет такой попыткой научиться жить с потерей. Через траур скорбящие могут инкорпорировать их утрату и горе в нормальную повседневную жизнь.

Не умея провести ясную черту между горем и трауром, мы рискуем не различить эмоцио-

нальную реакцию и преодоление, или, другими словами – стремление защититься или спрятаться от горя и попытку охватить этот опыт и сделать его частью своей жизни. Размывание границы между этими двумя понятиями (центральными для переживания тяжелой утраты), неправильное понимание сути траура и отказ признать и поддержать как горе, так и траур – все это может привести опять-таки к бесправному положению горя.

Даже на самом простом уровне: усилия, которые человек предпринимает, чтобы справиться с горем, часто не понимаются и, следовательно, не ценятся обществом. Например, скорбящего будут просить не перечислять подробности аварии снова и снова, как будто он не пытается через наполнение холодных очертаний смерти деталями сделать реальным для внутреннего мира то, что уже свершилось в мире внешнем (Parkes 1996). Другой популярный вид лишения траура прав связан с советами скорбящему вроде «оставь горе позади», «переключись на что-нибудь еще». Подобные выражения подразумевают, что каждый может просто перескочить через трагическую ситуацию в жизни, игнорировать нежелательные помехи и продолжать жить безо всякого влияния прошлых событий. Иногда скорбящим даже рекомендуют забыть умершего, как если бы он не был значимой частью их жизни. Конечно, все это не подходит для конструктивного траура.

Важно, что «пребывающий в трауре», «оплакивающий» – mourning – это причастие настоящего времени. Таким образом, это слово подчеркивает действие или деятельность, выраженную глаголами. Если мы хотим передать ту же мысль с помощью существительных, у нас получится что-нибудь вроде «проработки горя» – grief work (термин, впервые предложенный Линдемманом в 1944 г.). Линдемман понимает проработку горя определенным образом, но для нас важно, что проработка горя

в трауре – это активное, требующее усилий стремление справиться с тяжелой утратой (Attig 1991, 1996).

Тяжелая утрата влечет за собой как первичные, так и вторичные потери, а также горе и новые условия, к которым надо приспособляться, – скорбящему предстоит справиться с совокупностью этих явлений. Действительно, чувства потери и горя наслаиваются на трудности практического характера, вызванные утратой; горюющему приходится переключаться между «ориентированными на утрату» и «ориентированными на восстановление» процессами в трауре (Stroebe & Schut 1995).

Другими словами, в трауре скорбящий сталкивается с задачей интегрировать в свою жизнь три главных элемента: 1) первичную и вторичную утраты, которые он перенес; 2) горе как реакцию, вызванную этой потерей; 3) новые условия, появившиеся в жизни в результате смерти близкого человека. Например, если моя супруга умрет, мне придется учиться жить нормальной повседневной жизнью с этой утратой (то, что ее больше нет со мной, является первичной потерей), и с вторичной потерей (лишением ее компании, ее руководства в каких-то практических моментах), и с моим горем от этой утраты (гневом на то, что со мной случилось, или печалью от видимой пустоты моей нынешней жизни), и с моей новой жизненной ситуацией (после многих лет в браке я могу не знать, как себя вести в новом статусе овдовевшего). Если какой-либо из этих аспектов потери, горя, новых условий оказывается непризнанным, таковыми оказываются и мои усилия оплакивать их или справляться с ними.

Траур: межличностное и внутриличностное измерения

Поскольку любой человек является как независимым индивидом, так и социальным суще-

ством, траур имеет две комплементарных формы. Траур задействует внешний, публичный, межличностный процесс – видимые разделяемые публичные усилия справиться с потерей и горем, а также внутренний, приватный, внутриличностный процесс – индивидуальную попытку совладать с утратой и скорбью. Каждое из этих измерений траура заслуживает признания и уважения. В предыдущей части статьи я в основном говорил о внутриличностном аспекте траура, однако бесправие часто имеет место и в межличностном измерении.

Межличностное измерение траура

Прекрати говорить о том, как он умер. Ты все равно не вернешь его назад. Никто не хочет быть рядом с тобой, пока ты без конца говоришь об этом.

Зачем вообще устраивать похороны? Почему они не могут закопать своего ребенка по-тихому и оставить нас в покое. Я не хочу участвовать во всем этом.

В современном обществе многие не хотят принимать участие в похоронах – то есть публичной, или межличностной, форме траура. Частично это объясняется ослаблением социальных сетей в современном мире и потерей связей между семьями, соседями, церковными общинами и другими малыми сообществами. Но частично отказ принимать участие в похоронах связан с неприязнью к публичным ритуалам и открытому выражению сильных эмоций. Похоронные и коммеморативные ритуалы в сущности были созданы, чтобы помочь людям справиться с тремя задачами: 1) правильно распорядиться мертвыми телами; 2) сделать реальными последствия смерти; 3) укрепить социальные связи живых и способствовать восстановлению нормальной повседневности

(Corr, Nabe&Corr 1994). Не думая о том, как иначе можно осуществить эти задачи, некоторые считают, что люди должны покончить с публичным выражением скорби. Молодежь в нашем обществе заявляет, что не хочет видеть мрачные лица на своих похоронах и предпочтет, чтобы их близкие устроили вместо похорон вечеринку. Подобные фразы лишают горе права быть выраженным публично, а людей – разделить свою скорбь с сочувствующими.

Нельзя сказать, что подобное пренебрежение межличностным выражением горя типично для всего нашего общества. Многие этнические и религиозные группы не поддерживают отказ от публичных ритуалов скорби. Также в случае смерти знаменитости или публичной персоны (например, президента) устраиваются похоронные церемонии. Очень строгие траурные ритуалы с подробно расписанным регламентом проведения широко распространены в армии. Становятся популярными также неформальные практики поминовения умерших участников спортивных команд: прикрепление черных лент к униформе или посвящение игры ушедшему. Во всех этих примерах межличностные потребности участников групп требуют своего выражения в публичных ритуалах скорби.

Действительно, формальные и неформальные ритуалы, которые являются значимыми проявлениями межличностного измерения скорби, были созданы людьми, чтобы вернуть порядок в жизнь во времена хаоса и социального разобщения. Так Маргарет Мид (Mead 1973: 89-90) писала: «Я не знаю ни одного народа, для которого смерть не стояла бы в ряду исключительно важных событий и кто не придумал бы ритуалов для этого случая». Ритуалы скорби специально предназначены для выражения социального признания, легитимации и поддержки в горе. Конечно, отдельные из них могут переставать служить своим целям для одного человека или для всего сообщества, од-

нако предположить, что все подобные ритуалы можно попросту отбросить без какой-либо замены, что общество может продолжать успешное функционирование, не проводя ритуалов в случае смерти, означает не понимать основных потребностей людей и лишать их права публично выражать горе. Как сказал Стейплс (Staples 1994 : 255), «похоронные ритуалы призваны унести умерших с собой. Пренебрегите этими ритуалами, и вы рискуете навсегда оставить мертвых рядом с собой и не в той форме, в какой вы бы хотели. Подумайте дважды, прежде чем пропускать похороны».

Внутриличностное измерение траура

Я гордился ее поведением на похоронах. Она держалась молодцом и ни разу не заплакала. Но сейчас она плачет все время, и порой кажется, что она целиком погружена в свои внутренние переживания. По-моему, она смакует свое горе и не хочет идти дальше. Неделю назад я сказал ей, что абсолютно нормальным было погоревать какое-то время, но сейчас уже пора оставить переживания и перестать терзать себя, особенно в одиночестве.

Зачем она по-прежнему ходит на кладбище в каждую годовщину смерти мужа? Это ведь берет ее раны. Она практически не говорит об этом, но я считаю, ей нужно начать жить заново, без этих воспоминаний.

Некоторые публикации (см., например, The Oxford English Dictionary, 1989. Vol. 10: 19-20) ограничивают термин «траур» выражением печали или горя, особенно если речь идет о церемонии или ритуале. Например, есть устоявшееся выражение «носить траур», которое означает «одеваться определенным образом» (обычно в черное или темные тона), чтобы публично подчеркнуть свой статус скорбящего.

Хотя такое толкование слова имеет основания, оно никак не учитывает внутриличностный процесс совладания с потерей или горем.

В других работах (например, Wolfelt 1996) подчеркивается разница между внутриличностным и межличностным измерениями тяжелой утраты. К первому применяется термин «горюющий» (grieving), а ко второму – «оплакивающий» (mourning). Конечно, такое разделение имеет основания. Однако для нас важно, что это различие – попытка языка сделать понимание проработки горя более полным. В этом смысле лингвистическое различие этих аспектов совершенствует и расширяет практики совладания с горем, а не ограничивает их.

Траур: итоги

Прошло почти три недели, а она все еще страдает. Я говорила ей, что нужно забыть его и продолжать жить своей жизнью.

Мы звали Джона пойти на «свидание вслепую» вместе с нами, Мэри и ее двоюродной сестрой, но он отказался. Мэри говорила ему, чтобы он прекращал рыдать. Пора перестать думать о своей первой жене и начать уже кого-то искать. Шесть месяцев траура – вполне достаточно.

Последний аспект тяжелой утраты, который иногда лишают прав, – это результат траура. Мы уже слегка касались этой темы. Если траур – это процесс совладания с горем, мы можем справедливо спросить: каков желаемый результат этого процесса? Многие ответят: «восстановление», «завершение», «разрешение». Каждое из этих слов подразумевает окончание горя, финальную точку в скорби, после которой уже нет никаких переживаний. Возможно, слово «восстановление» – худшее из трех, по-

сколько его употребление предполагает, что горе подобно болезни или ране, и горюющий должен как бы вытащить себя из этого состояния, освободиться от него (Osterweis, Solomon & Green 1984; Rando 1993). Слову «восстановление» близко выражение «исцеление от горя» – в принципе, неплохое, но подразумевающее, что после определенного времени, выделенного на проживание горя, человек вернется к прежнему себе, в сущности не поменявшемуся от перенесенной утраты.

Ранее мы уже обсуждали нежелательность использования языка симптоматики для анализа горя, также как и шаблона описания болезни для здорового опыта переживания тяжелой утраты. Нам следует добавить, что проживание горя не имеет определенного фиксированного окончания. Некоторые люди никогда не смогут вернуться к тому состоянию, в котором они находились до утраты значимого человека. На самом деле, существует множество свидетельств, что проживание горя не заканчивается до самой смерти скорбящего. Думая иначе, мы отчуждаем процессы проживания горя, проходящие после положенного на траур времени, и не признаем, что тяжелая утрата ведет к значительным переменам в жизни и к непреходящей необходимости справляться с потерей, горем и новыми условиями. Ошибочное утверждение, что у горя есть срок и что к определенному моменту с ним должно быть покончено, приводит к тому, что многие скорбящие через какое-то время начинают ощущать свое горе несправным (Lundberg, Thornton & Robertson 1987).

Разумеется, разные люди переживают опыт горя по-разному. Это неудивительно. Люди с отличающимся жизненным опытом будут справляться с горем по-своему и приходиться к неодинаковым результатам. Мартинсон и ее коллеги (McClowry, Davies, May, Kulenkamp, & Martinson 1987) изучали семьи (родителей и других ее членов, в основном

братьев и сестер), пережившие потерю ребенка семь-девять лет назад. Исследование показало, что все по-разному проживали этот опыт. Некоторые сознательно старались преодолеть боль, оставить потерю в прошлом и продолжать жить нормальной жизнью. Другие стремились заполнить образовавшуюся пустоту, направляя свои усилия в кажущуюся им конструктивной сторону. Поиск чего-то хорошего в том, что иначе как страшным событием не назовешь, можно проиллюстрировать на примере человека, понесшего тяжелую утрату после того, как сел за руль выпившим и попал в аварию. Он стал активистом кампании по борьбе с вождением в нетрезвом состоянии. Третий способ справляться с горем, выявленный исследованием, можно обозначить как «сохранение связи». Он применим к тем скорбящим, которые стремятся найти место для умерших в своей жизни, как, например, к женщине, утверждающей, что у нее два сына, несмотря на то, что она точно знает: один из них умер (напр., Wagner 1994).

Цель этой статьи не в том, чтобы поддержать один из этих способов или утверждать, что это единственные возможные итоги траура. Наша задача показать, что траур – это процесс признания реальности смерти, проживания горя, связанного с утратой, это время, когда человек учится жить без умерших и устанавливает такие отношения с покойными, которые помогут скорбящему жить нормальной жизнью (Worden 1991). У каждого человека этот процесс может пройти по-своему, отличаться будут и результаты. Как сказал один проницательный психолог, от горя лечит не время, а то, что ты в это время делаешь (S. J. Fleming в личном общении 9/28/95).

Я сам наблюдал, как по-разному три вдовы справлялись с горем. Одна из них сняла свадебное кольцо после смерти мужа, сказав: «Я уже не замужем за ним». Другая стала носить кольцо на третьем пальце левой руки как знак все

еще продолжающейся связи с мужем. Третья сняла кольцо своего мужа перед его похоронами и переплавил оба обручальных кольца в одно новое, которое стала носить на правой руке. Она утверждала, что у нее теперь начались новые отношения с покойным супругом.

Эти и другие примеры демонстрируют различные способы проживания горя. В каждом случае метафора исцеления и восстановления применима лишь отчасти: настолько, насколько скорбящий определился, куда двигаться дальше. Интенсивность горя скорбящего может стихать, но многие продолжают чувствовать утрату и сохранять траур в определенной форме. Горе перестает поглощать человека с той же степенью полноты, как сразу после утраты. Человек прошел через трудный период проживания горя, но не преодолел его полностью. В действительности, печаль и скорбь для многих, перенесших утрату, не заканчиваются никогда.

Окружающие не должны недооценивать или лишать прав горе и траур скорбящих так же, как и их здоровую связь с умершими. Не стоит поверхностно рассуждать о завершении и успокоении (Klass, Silverman & Nickman 1996; Silverman, Nickman, & Worden 1992). Подобные фразы говорят, скорее, не применительно к ситуации тяжелой утраты, а в случаях, когда помощник, терапевт или консультант сочтет, что он больше не нужен. Когда ребенок, перенесший тяжелую утрату, решает перестать посещать группу поддержки в Центре Дуги в Портленде, Орегон, поскольку «можно заняться чем-нибудь поинтереснее», ему дарят мешочек с камушками внутри (Corr and the Staff of The Dougy Center 1991). Большинство камушков отполированы – они символизируют достижения ребенка в совладании с горем, но, по крайней мере, один камень оставлен нетронутым, чтобы обозначить незавершенную работу, которая останется навсегда с человеком, понесшим утрату.

Заключение

Итак, что мы узнали о понятии «бесправное горе»? Во-первых, оно очень актуально. Бесправное горе в той или иной степени знакомо множеству скорбящих. Это понятие востребовано рядом медиков и исследователей, которые стремятся понять опыт проживания горя, чтобы помочь пребывающим в трауре.

Во-вторых, бесправным горе может стать не только будучи забытым или незамеченным. Бесправие устанавливается куда более активно и настойчиво, даже если это делается неявно и не проговаривается открыто. Что бы ни отчуждалось в горе, оно теперь не свободно в выражении, оно запрещается, не легитимируется, не получает социальной поддержки.

В-третьих, как Дока (Doak 1989a) указал изначально, бесправной может быть любая из трех составляющих тяжелой утраты – отношение, потеря, скорбящий – так же как и определенный вид смерти. В своей статье я демонстрирую, что бесправность относится к гораздо более широкому спектру различных реакций на горе и способов его выражения, к процессам совладания со скорбью и проживания траура, к межличностным отношениям и внутриличностным переживаниям и к различным способам справиться с тяжелой утратой. Бесправными могут становиться не только структурные элементы такой утраты или горе, понимаемые крайне широко, но и каждый отдельный аспект проживания горя и весь процесс пребывания в трауре.

Разработка концепта бесправного горя будет способствовать лучшему осознанию масштаба и глубины этого явления, а также тех пресуппозиций, которые заложены в понятия тяжелой утраты, горя, траура. Внимание к концепту бесправного горя поможет консультантам быть чуткими к опыту людей, понесших утрату, и не обесценивать их способ проживать горе.

Неравнодушное общество не должно делать

частью публичного дискурса смерти (формально или нет) мысли, чувства, поведение, которые обесценивают опыт скорбящего, например, такие как: «Нам нет дела до твоих отношений с умершим», «Твоя потеря – сущий пустяк», «Не тебе горевать в этой ситуации», «Горевать таким образом – неправильно», «Твои страдания – это уже симптом какого-то умственного отклонения», «Сколько можно переживать?!», «Ты только при людях так не страдай», «Перестань терзаться всеми этими мрачными мыслями», «Прекрати горевать сейчас же».

Общество скорее должно проявить уважение к сложностям и особенностям каждого опыта тяжелой утраты. Оставаясь внимательным к возможным экстремумам горя – острой

нехватке или переизбытку чего-либо, что встречается в проживании горя не так уж часто (Rando 1993), равнодушное общество признает, что здоровое горе заслуживает уважения и что конструктивный траур важен для тех, кто стремится жить осознанно после тяжелой утраты. Подумайте, как может измениться наше общество, если оно вникнет в слова Франка (Frank 1991: 40-41): «Рассуждая о потере, профессионалы обычно говорят о необходимости привыкнуть, приспособиться. А я бы хотел подчеркнуть жизнеутверждающую составляющую траура. Горевать – это ценить то, что ты утратил. Когда ты ценишь даже чувство потери, ты ценишь саму жизнь и начинаешь жить снова».

Литература

(Attig 1991). Attig, T. The importance of conceiving of grief as an active process // *Death Studies*. №1991. №15. Pp. 385-393.

(Attig 1996). Attig, T. *How we grieve: Relearning the world*. New York: Oxford University Press, 1996.

(Becker 1997). Besker, S.M. *Disenfranchised grief and the experience of loss after environmental accidents*. Paper presented at the meeting of the Association for Death Education and Counseling and the 5th International Conference on Grief and Bereavement in Contemporary Society, Washington, DC.

(Corr and the Staff of The Dougy Center. 1991). Corr, C.A. *Support for grieving children: The Dougy Center and the hospice philosophy*// *The American Journal of Hospice and Palliative Care*. 1991. №8 (4). Pp.23-27.

(Corr, Nabe & Corr 1994). Corr, C. A., Nabe, C. M., Corr, D. M. *A task-based approach for understanding and evaluating funeral practices*// *Thanatos*. 1994. №19 (2). Pp. 10-15.

(Davidowitz & Myrick 1984). Davidowitz, M., Myrick, R. D. *Responding to the bereaved: An analysis of "helping" statements*// *Death Education*. 1984. №8. Pp. 1-10.

(Doka 1989a). Doka, K. J. *Disenfranchised grief*. //K. J. Doka (Ed.), *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow*. Lexington, MA: Lexington Books, 1989. Pp.3-11.

(Doka 1989b). Doka, K. J. *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow*. Lexington, MA: Lexington Books. 1989.

(Elias 1991). Elias, N. *On human beings and their emotions: A process-sociological essay*//M. Featherstone, M. Hepworth, & B. S. Turner (Eds.), *The body: Social process*

and cultural theory London: Sage, 1991. Pp. 103-125.

(Folta & Deck 1976). Folta, J. R., Deck, E. S. Grief, the funeral, and the friend //V. R. Pine, A. H. Kutscher, D. Peretz, R. C. Slater, R. DeBellis, R. J. Volk, & D. J. Cherico (Eds.). Acute grief and the funeral. Springfield, IL: Charles C Thomas, 1976. Pp.231-240.

(Frank 1991). Frank, A.W. At the will of the body: Reflections on illness. Boston: Houghton Mifflin.1991.

(Gyulay 1975). Gyulay, J. E. The forgotten grievers// American Journal of Nursing. 1975.№ 75. Pp.1476-1479.

(Hamilton 1978). Hamilton, J. Grandparents as grievers //O. J. Z. Sahler (Ed.). The child and death. St. Louis, MO: C. V. Mosby, 1978. Pp. 219-225.

(Kaczmarek & Backlund 1991). Kaczmarek. M. G., Backlund, B. A. Disenfranchised grief: The loss of an adolescent romantic relationship//Adolescence. 1991. №26. Pp. 253-259.

(Kamerman 1993). Kamerman, J. Latent functions of enfranchising the disenfranchised griever// Death Studies. 1993. №17. Pp. 281-287.

(Klass, Silverman & Nickman 1996). Klass, D., Silverman, P. R., Nickman, S. L. (Eds.). Continuing bonds: New understandings of grief. Washington, DC: Taylor & Francis, 1996.

(Lazarus & Folkman 1984). Lazarus, R. S., Folkman, S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984.

(Lindemann 1944). Lindemann, E. Symptomatology and management of acute grief //American Journal of Psychiatry. 1944. №101. Pp. 141-148.

(Lundberg, Thornton & Robertson 1987). Lundberg, K. J., Thornton, G., Robertson, D. U. Personal and social rejection of the bereaved //C. A. Corr & R. A. Pacholski (Eds.). Death: Completion and discovery. Lakewood, OH: Association for Death Education and Counseling, 1987. Pp. 61-70.

(McClowry, Davies, May, Kulenkamp & Martinson 1987). McClowry, S. G., Davies, E. B., May, K. A., Kulenkamp, E. J., Martinson, I. M. The empty space phenomenon: The process of grief in the bereaved family // Death Studies. 1987. №11. Pp. 361-314.

(Mead 1973). Mead, M. Ritual and social crisis // J. D. Shaughnessy (Ed.). The roots of ritual. Grand Rapids, MI: Eerdmans, 1973.Pp. 87-101.

(Osterweis, Solomon & Green 1984). Osterweis, M., Solomon, F., Green, M. (Eds.) Bereavement: Reactions, consequences, and care. Washington, DC: National Academy Press, 1984.

(The Oxford English Dictionary 1989). J. A. Simpson & E. S. C. Weiner (Eds.). 2nd ed.; 20 vols; Oxford: Clarendon Press, 1989.

(Parkes 1996). Parkes, C. M. Bereavement: Studies of grief in adult life (3rd ed.). New York Routledge, 1996.

(Pine et al. 1990). Unrecognized and unsanctioned grief: The nature and counseling

of unacknowledged loss. Springfield, IL: Charles C Thomas, 1990.

(Rando 1993). Rando, T. A. Treatment of complicated mourning. Champaign, I L Research Press, 1993.

(Schwebach & Thornton 1992). Schwebach, I., Thornton, G. Disenfranchised grief in mentally retarded and mentally ill populations. Paper presented at the meeting of the Association for Death Education and Counseling, Boston, 1992.

(Silverman, Nickman & Worden 1992). Silverman, P. R., Nickman, S., Worden, J. W. Detachment revisited: The child's reconstruction of a dead parent //American Journal of Orthopsychiatry. 1992. №62. Pp. 494-503.

(Staples 1994). Staples, B. Parallel time: Growing up in black and white. New York: Pantheon, 1994.

(Stroebe & Schut 1995). Stroebe, M. S., Schut, H. The dual process model of coping with loss. Paper presented at the meeting of the International Work Group on Death, Dying, and Bereavement. Oxford, England, 1995.

(Thornton, Robertson & Mlecko 1991). Thornton, G., Robertson, D. U., Mlecko, M. L. Disenfranchised grief and evaluations of social support by college students//Death Studies. 1991. №15. Pp. 355-362.

(Wagner 1994). Wagner, S. The Andrew poems. Lubbock, TX: Texas Tech University Press, 1994.

(Weisman 1984). Weisman, A. D. The coping capacity: On the nature of being mortal. New York: Human Sciences Press, 1984.

(Wolfelt 1996). Wolfelt, A. D. Healing the bereaved child: Grief gardening, growth through grief and other touchstones for caregivers. Fort Collins, C O Companion Press, 1996.

(Worden 1991). Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner (2nd ed.). New York: Springer, 1991.

(Zupanick 1994). Zupanick, C. E. Adult children of dysfunctional families: Treatment from a disenfranchised grief perspective// Death Studies. 1994. № 18. Pp.183- 195.