

## Тематические сообщения Thematic reports

---

DOI: 10.51217/npsyresearch\_2022\_02\_01\_02

Кретьова Л.А.

Терапевтическое воздействие «загородного» нарратива:  
утешение и смысл

Kretova L.A.

Therapeutic effect of “country” narrative:  
consolation and meaning

*Институт психологии РАН, Москва, Россия*

Благотворное влияние природной, загородной, сельской среды на городского жителя отмечается многими исследователями, однако научные работы крайне редко затрагивают бытийный уровень психологической реальности, экзистенциальную проблематику, связанную с переживанием жизненного кризиса и поиском смысла. Терапевтический эффект имеет место не только при непосредственном контакте с природой, но и при опосредованном вхождении в опыт загородного жизненного мира – через рассказ Другого, устный или письменный текст. В представленной статье рассматривается процесс «передачи» собственного переживания другому в письменных заметках об опыте загородной жизни, его «принятии» и терапевтическом воздействии на автора и читателя; загородный жизненный мир становится пространством, в котором каждая сторона диалога, бывший горожанин и городской житель, решают свои собственные жизненные задачи. Выдвинуто предположение о том, что принятие переживания Другого как утешающего становится возможным благодаря узнаваемости онтологического опыта рассказчика: онтологическая ностальгия оказывается центром, связующим переживание жизненного кризиса, переживание природы и потребность в утешении. Изложен феноменолого-герменевтический анализ единичного случая, который позволяет составить представление о внутренней структуре и динамике, определяющих опосредованность утешения, а также о том, какие личностные особенности Другого оказываются значимыми для этого процесса. Предложена теоретическая схема «подключения» к переживанию, поясняющая внутренние взаимосвязи процесса и особенности результатов работы переживания для автора и для читателя: для автора результатом такой работы становится преодоление кризиса, ощущение цельности и исполненности жизни,

для читателя – утешение, помощь в совладании с жизненными трудностями. Итоги исследования могут быть рассмотрены как в ключе феноменов психотерапии, так и в ключе онтологии жизненного мира.

*Ключевые слова:* переживание, онтологическая ностальгия, загородный жизненный мир, утешение, Другой, психотерапия, исследование случая, феноменологический подход, опосредование

*Для цитирования:* Кретова, А.А. Терапевтическое воздействие «загородного» нарратива: утешение и смысл // Новые психологические исследования. 2022. № 1. С. 34–55. DOI: 10.51217/npsyresearch\_2022\_02\_01\_02

Я изжаждался по людям.

*П. Зиедонис. Курземите*

## Введение

Успокаивающее, «психотерапевтическое» воздействие природы и жизни за городом воспринимается привычно – как должное. Включает ли работа переживания, связанная с особенностями загородной жизни, феномены психотерапии? Присуща ли этому переживанию онтологическая потребность в Другом, диалогичность? Очевидно, что неизменный собеседник загородного жителя – сам окружающий мир: здесь можно «вести беседы» с деревьями, цветами, солнцем, и они также «говорят» в ответ. Но и природа – не единственный целитель в мире загородной жизни; материалы наших исследований обращают внимание, в том числе, на значимость общения с человеком, передающим другому свой опыт загородной жизни как опыт утешающий, напутствующий.

В обоих случаях речь не идет о явно диалогических ситуациях, которыми Ф.Е. Василюк предлагает ограничить круг соотносимых с психотерапией феноменов, выделяя целенаправленность душевной заботы одного человека о другом в качестве отличительной характеристики психотерапии (Василюк, 2007, с. 82). Однако и разговор с садом, и разговор о саде способны являть собой то самое «терапевтически перспективное» «событие взаимодействия» (Копьев, 2007, с. 95), в котором человек ощущает реальный отклик на «нечто существенное и значительное для него» (Там же, с. 96), что, на взгляд А.Ф. Копьева, и определяет соответствие такого диалога диалогу психотерапевтическому. В нашем исследовании мы не задаемся целью рассмотреть степень условности психотерапевтического в переживании, сопряженном с опытом загородной жизни; для нас представляется важным обратиться к тому, каким образом осуществляется целительное в дан-

ном переживании, что собой представляет сопутствующий ему диалог.

Обращаясь к загородному жизненному миру, мы рассматриваем его как жизненный мир в пространстве и времени загородной/сельской жизни. Но, в отличие от «деревенского» или «сельского», «загородный» подразумевает существование «городского»: в мире «загородного» жителя, в нашем понимании, всегда присутствует опыт городской жизни. Независимо от основного места жительства загородного жителя (город или сельская местность), длительности или постоянства пребывания за пределами города, рода и места занятий, именно загородный мир является для него онтологически наиболее значимым. О переезде за город подумывает немалое число жителей мегаполисов (в 2015 году – более 20%) (Виноградская, 2019), но далеко не все из них принимают такое решение. В основе интереса к загородной жизни все чаще лежит стремление к подлинности бытия, к суверенности, к умиротворяющей событийности природе, к осмысленному труду (Кретьова, 2020b). Обстоятельства, которые могут рассматриваться как непреодолимые (страх утраты социального статуса, профессиональной востребованности и уровня жизни, необходимость заботиться о близких и др.), пролагают пропасть между желанным и возможным; степень критичности такой ситуации для личности, на наш взгляд, определяется степенью личностной онтологической значимости загородного жизненного мира.

### **Терапевтичность загородной жизни в многообразии исследовательских подходов**

Терапевтическое воздействие природы и загородной жизни отмечают многие исследователи, обращаясь в первую очередь к восстановительным аспектам природного воздействия на физическое и психологическое благополучие человека (Jordan, Marshall, 2010; Jordan, Hinds, 2016). Изучается влияние природных факторов на когнитивные функции (улучшение внимания, памяти), эмоциональное регулирование (совладание со стрессом, тревогой, депрессией), поведение (адаптация, устойчивость) (Нартова-Бочавер и др., 2020). В исследованиях среды можно встретить и иные подходы, где рассматриваются взаимосвязь природы и моральных установок человека (Кретьова, 2020a; Нартова-Бочавер, 2019; Печин, 2008), личностные аспекты идентификации с природой (Клейтон и др., 2019), влияние природы на пробуждение самости (Clayton, Opatow, 2003). Не исчезает интерес к рассмотрению встроенности человека в природный мир сквозь призму

субъектно-объектных или субъект-субъектных отношений (Панов, 2013; Шабельников, 2006). В свою очередь социологические публикации последних лет предлагают взглянуть на переезд за город не только как на тенденцию, обусловленную социоэкономическими факторами, прагматичным стремлением людей к качественным условиям жизни, но и с позиций глубинной потребности человека в субъектности, «отобранной» у него мегаполисом (Виноградская, 2018, 2019).

Ценностные аспекты загородной жизни, будь то ценности благополучия, определяющие решение о переезде, или ценность природы как таковая, также входят в круг исследовательских интересов. Это позволяет создать многомерное представление о разнообразии потребностей, мотивов, жизненных ситуаций, особенностей той или иной среды или социальной группы. В то же время теряется из виду смысловое измерение: стоящая за «бегством за город» работа переживания, направленная на установление смыслового соответствия между сознанием и бытием (Василюк, 1984, с. 30), устремленность к обретению жизненного смысла. Если обратиться к уровням «концептуализации контекста» (Гришина, 2018), исследователи главным образом уделяют внимание ситуационному и жизненному контексту и значительно реже – контексту бытийному. В данном исследовании, изучая загородный мир бывшего горожанина, мы обращаемся к конструкту «жизненный мир» как обобщенной психологической характеристике, «интегрирующей основные установки и смыслы человеческой жизни в их неразрывной связи с реальным бытием» (Меньшикова, Левченко, 2015, с. 5).

В пояснениях самих горожан о причинах переезда на первом плане – декларация внешних, эксплицитных ценностей (безопасность, комфорт). Имплицитные личностные смыслы, онтологическое, духовное переживание остаются за пределами видимости, тем не менее, они существуют. Результаты наших исследований позволили выделить такие значимые, определяющие загородный жизненный мир смысловые категории, как бытие собой, включенность в подлинное бытие (переживание бытия-в-мире, которое дает человеку его жизнь за городом), осмысленность жизни, ностальгическое переживание (Кретьова, 2020а).

### **Другой: особенности диалога**

Включенность в подлинное бытие – процесс постепенный, требующий времени. Связанное с этим процессом переживание диалогично, адресовано Другому – это переживание-рассказ. В контексте

загородной/сельской жизни пространством такого рассказа-диалога становится сад, окружающая природа, обладающие собственной семантической выразительностью (Лихачев, 2018). Для бывшего горожанина это «сопереживание» сада, окружающей его природы, осуществляющееся как событийность миру, может быть достаточным источником поддержки и утешения (Воловикова, Кретова, 2020), целевым диалогом, который не только нормализует душевное состояние, но и помогает справляться с критическими ситуациями, давая ощущение онтологической незыблемости, подлинности, той жизненной силы, что «позволяет человеку удержать или найти новый смысл в трудных ситуациях» (Кричевец, 2019, с. 86).

Подобное переживание-рассказ может обретать и свое словесное выражение. Описания переживаний, связанных с сельской или загородной жизнью, – не редкость для классической художественной литературы; встречаются они и в автобиографиях: стоит отметить возросший интерес к дневникам Пришвина и «загородным» текстам Хайдеггера. В последние годы этот интерес проявляют не только гуманитарные исследователи (Бросова, 2012), но и обычные читатели, для кого эти тексты представляют личностную значимость, сопряжены с их жизненными смыслами.

В настоящее время можно найти немало примеров в социальных сетях, где бывшие горожане делятся своим опытом вхождения в загородную жизнь. В большинстве случаев это фрагменты обыденности, внешнего мира: хозяйственные заботы, фотографии цветов, закатов, урожая. Тем не менее, все чаще можно встретить самоотчеты о внутреннем опыте: представленное в письменной речи переживание красоты, счастья и подлинности бытия. Независимо от художественного таланта автора, тексты такого рода вызывают эффект *личного узнавания*. Комментарии читателей свидетельствуют об ответном переживании, которое мы сочли возможным определить как переживание *онтологической ностальгии* – тоски по подлинному бытию, по себе настоящему (Sedikides et al., 2006; Vess et al., 2012), стремление выйти в пространство подлинного существования (Гришина, 2018).

В чем особенность такой коммуникации с читателем и, быть может, ее отличие от воздействия художественного слова, обладающего намерением и особым образным ресурсом для того, чтобы заставить читателя переживать и даже сопереживать автору или его героям?

### **«Доставка» переживания**

Здесь мы бы хотели вернуться к аспекту загородной жизни, о ко-

тором шла речь в самом начале, — к ее утешительному воздействию на человека, но в несколько ином ключе — рассмотрев вербальное опосредование переживания (в рассказе или нарративе) как утешение.

В семидесятых годах прошлого века известный латышский поэт, прозаик и публицист Имант Зиедонис отправился в путешествие по родным местам. Осмысляя пережитое в этом путешествии, он пишет о людях, проживших трудную жизнь, но, даже упоминая о трудностях, передают другим людям радость, красоту и утешение: *«Многое дало мне это лето... Добросердие было вокруг меня — в хлебе и в «добром утре», и я за это лето немного окреп. Наверное, все мы немного окрепли. Смешно, но мы как бы заболели почтением к старым и совсем чужим людям... Есть, наверное, такой возраст, когда с человека слетает все лишнее, все мелкие ритмы и остается лишь Солнечный ритм»* (Зиедонис, 1976, с. 239).

Другой, который *пережил* и тем *утешает* — вот что ищет и обретает автор этих строк, деятельный житель столичного города. Психотерапия, рожденная условиями тревожной городской среды, едва ли впишется в сельский ландшафт, утешающий сам по себе, без внешней помощи, но и феномен опосредованного утешения не находится в границах загородного жизненного мира, ибо адресат такого утешения, «утешаемый», находится за его пределами.

*«Не у всех есть такие возможности — всегда искать то, что тебе по душе... Человеку, который не может покинуть своего места, надо подвозить, доставлять ПРЕКРАСНОЕ»* (Там же, с. 271). Эти слова Зиедониса хорошо описывают «доставку» утешения жителям мегаполиса, которые хотели бы, но не имеют возможности перебраться за город. Свойственное вербальному опосредованию сокращение пространственно-временной дистанции здесь сопряжено с особой *интенциональностью*, настроенностью «утешить».

То, что было пережито бывшим горожанином наедине с природой, со своим садом, «доставляется» другим людям и одновременно переживается им вторично. Подобное утешение далеко не всегда включает сопереживание, поскольку автор публикаций в соцсетях зачастую незнаком лично со своими читателями и не осведомлен об их проблемах и критических ситуациях.

Мы полагаем, что такая «переадресация» собственного переживания другим людям и, в свою очередь, «получение», принятие переживания Другого как переживания утешающего становится возможной благодаря узнаваемости онтологического опыта рассказчика и особенно опыта переживания онтологической ностальгии (Рис. 1).

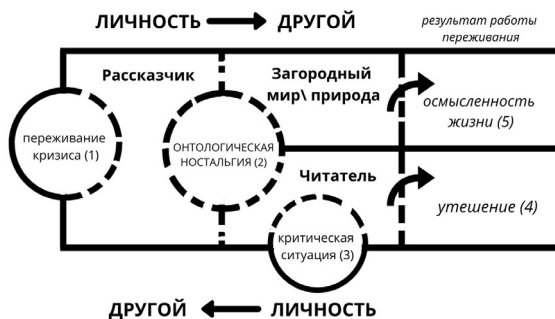


Рис. 1. Процесс «подключения» к переживанию.

Для того, чтобы рассмотреть, каким образом разворачивается переживание рассказчика, *опосредуемое* записями, которые рассказчик адресует своим читателям, и как именно переживание автора записей становится утешением для его читателей, мы предлагаем обратиться к анализу единичного случая (case-study).

Цель исследования: составить представление о терапевтическом воздействии нарратива Рассказчика, сопряженного с созерцательным, чувственным опытом природы, и о результатах работы опосредуемого им переживания для Рассказчика и Читателя.

Задачи исследования: выявить внутреннюю структуру и динамику опосредования переживания нарративом для Рассказчика и Читателя, описать процесс подключения к переживанию, обозначить результаты работы переживания для Рассказчика и Читателя.

## Метод

*Описание случая, материалы исследования.* Мы исследуем итоговый фрагмент личной жизненной истории пятидесятилетнего человека, жителя мегаполиса, который на протяжении нескольких лет «жил на два дома» – в городе и деревне. Несмотря на приобретенный в деревне дом, усилия по созданию маленького фермерского хозяйства, творческие проекты, приспособленные к жизни за городом, его решение о переезде долгое время не было окончательным. С. публикует в соцсетях небольшие заметки о своей деревенской жизни; круг его читателей постоянно расширяется. В августе 2020 года С. сообщает об окончательном переезде в деревню. В конце августа его госпитализируют в местную больницу для консервативного лечения язвы желудка. Спустя несколько дней он умирает. Смерть С. вызывает волну откликов его онлайн-друзей и подписчиков, считающих важным рассказать о том,

сколь значимыми для них были «простые» заметки С. о деревенской жизни, какое утешительное воздействие оказывали на них его слова и его личность.

Наш анализ случая опирается на модель метода Н. Е. Харламенковой (Харламенкова, 2010), где основание для рассмотрения случая выстраивается не в логике дихотомии «единичное – всеобщее», а в координатах «явление – сущность». Использование case-study в таком ключе позволяет нам, «получив необходимую и достаточную информацию о проявлениях изучаемого феномена», попытаться «раскрыть психологические механизмы, обеспечивающие особый статус этого явления в системе других явлений, раскрыть его сущность» (Там же, с. 250), «глубинные сущностные особенности предмета исследования» (Там же, с. 252).

Исследуемый нами материал представляет собой две подборки текстовых данных (все тексты были размещены в социальной сети с открытым доступом для пользователей). Первая включает записи С., опубликованные им в период с апреля по август 2020 года (49 фрагментов), содержание которых отображает его опыт горожанина, длительное время проживающего в сельской местности, его наблюдения о деревенской жизни, размышления о жизненных решениях, а также комментарии читателей, имеющих отношение к содержанию исследования. Вторая группа текстов состоит из публикаций и комментариев постоянных читателей С. (70 фрагментов), представляющих собой отклик-переживание, вызванный преждевременным уходом С. из жизни.

*Метод и процесс анализа материалов.* При построении исследования мы опирались на методологические принципы качественных исследований в психологии (Мельникова, Хорошилов, 2013). Для анализа текстовых данных был выбран феноменолого-герменевтический анализ, предложенный в работах Н.П. Бусыгиной (Бусыгина, 2009b) и подразумевающий последовательность феноменологического и интерпретативного модусов понимания в анализе, как наиболее соответствующий целям нашего исследования и, в том числе, продуктивный для такого исследовательского жанра, как case-study (Бусыгина, 2009a). Процедура интерпретативного феноменологического анализа К. Виллиг использовалась нами как соответствующая экзистенциальному уровню исследуемой проблематики (Willig, 2012).

Исследовательские вопросы, обращенные к текстам, были сформулированы следующим образом:



### *Тексты С.:*

Как разворачивается динамика работы переживания С., связанного с его жизненными смыслами и мировосприятием? Что собой представляет сопровождающий эту работу диалог с читателями, какова его динамика, особенности?

*Отклики читателей С., опубликованные в ответ на сообщение о его преждевременной смерти:*

Как читатели С. описывают самого С. в контексте отношений «Я – Другой»? Что в личности С., в его переживаниях оказывается значимым для процессов переживания, которые имеют место в их собственной жизни?

На первом, феноменологическом этапе работы с текстами С., мы формулировали «сжатые смыслы» анализируемых фрагментов текста. Работа с текстами читателей подразумевала выделение ключевых описаний личностных особенностей С. и особенностей создаваемого С. пространства общения. На втором, интерпретативном этапе, опираясь на полученные результаты, а также на содержание более широкого круга публикаций С. и доступные сведения о личной жизненной истории С., мы изложили развитие переживания С., смыслообразующую работу этого переживания. Отдельное внимание мы уделили семантическим вариантам сообщений, обнаруженных нами в коммуникации «реплика С. – отклик (комментарий) читателя». Итоговый этап исследования включал рассмотрение и анализ процесса опосредования переживания нарративом, результатов работы переживания (осмысленность жизни, утешение), роли онтологической ностальгии в этом процессе.

### **Результаты**

Главным результатом нашего исследования стало выявление феномена *опосредованности утешения*, в котором ключевую роль играет *узнаваемость онтологической ностальгии*. Переживание онтологической ностальгии оказывается центральным переживанием, связующим переживание личностью (загородным жителем) жизненного кризиса, переживание природы, душевное беспокойство городских жителей и их потребность в утешении, т.е. опыт целостной, осмысленной жизни и утешение как таковое.

Интерес представляет и феномен *множественного диалога*, сопряженного с личностным переживанием: обращенность С. к природе, к своему миру загородной жизни, обращенность к самому себе, об-

рашенность к читателям. Главная тема диалога – жизнь в деревне (загородный жизненный мир) – становится пространством, в котором каждая сторона диалога, С. и его читатели, решают свои собственные жизненные задачи; тематика собственных задач не становится очевидным предметом диалога, но присутствует в его поле.

Анализ исследуемого материала позволил очертить структуру внутренних связей и динамики процесса «подключения» к переживанию и обозначить особенности результатов работы переживания для автора и для читателя (теоретическая схема представлена на Рис. 1).

1. *Рассказчик (С.) «подключает» Другого (читателей) к своему переживанию кризиса (1) через свое переживание загородного мира, онтологической ностальгии (2), через свою личность, включенную в это переживание.*

Переживание С. – это процесс, во внешнем плане связанный с принятием решения (окончательный переезд в деревню), во внутреннем – с изменением мировосприятия, иной осмысленностью своего бытия (переживание кризиса). Работа переживания также выражает себя как на внутреннем уровне (надежда, уныние, бодрость, горечь, умиротворение сменяют друг друга), так и во внешнем (творческие планы в городе и в деревне, усилия по устройству гостевого дома).

Опыт С., связанный с переживанием личностного кризиса, сокрыт, недоступен читателям. Об этом опыте С. можно судить лишь по отдельным фразам, тем не менее, читатели улавливают тональность его переживаний: *«Почувствовала, что в последние месяцы писать он стал меньше и в текстах была печаль».*

Читатели С. – это горожане, большинство из которых не готовы переехать за город и лично не знакомы с автором текстов. С. своими заметками «доставляет им прекрасное», смыслы загородного мира. Содержание комментариев позволяет предположить, что бытийность загородной жизни, которую они обнаруживают в текстах С., воспринимается («узнается») ими как пространство подлинной, «настоящей» жизни, умиротворения, витальности, свободы. Невозможность проживать эту бытийность в настоящий момент в реальном опыте, дефицит человеческой доброты, тепла, открытости в их собственном жизненном мире вызывают потребность в утешении. Такое утешение они получают через сопричастность бытийности и переживаниям С.: образное проживание бытийности загородной жизни, приобщение к ее жизненной силе.

2. Созерцательный, чувственный опыт деревенской природы, переживаемый Рассказчиком, становится переживанием *Читателя*.

С: *«Что такое встать рано в деревне... Птицы поют в это время, а то и*

*раньше, звонче, веселее, такое ощущение, что они стараются разбудить все вокруг...эй, вы, не проспите восход и радость наступающего дня. Любое утро замечательно, впереди плодотворный, интересный день».*

*Читатели: «Воля-я-я-я! Ну, завидно же до слез!», «Какой от Вас веет радостью, как от весны...».*

3. В словах Рассказчика Читатель узнает собственное переживание онтологической ностальгии (2), образ подлинной бытийности:

*С: «...первый раз в жизни появилось ощущение дома... видимо, это ощущение появляется, когда на сердце некий покой, и да, да, тишина. Так полюбились мне тишина, но она не может быть вакуумной, она без лишнего, без осколков, без царяпин и ржавчины».*

*Читатель: «Никогда не было своего дома, но воспоминания детства... мы снимали дом в деревне недалеко от Москвы... Воспоминания остались в моём сердце. Вижу эту красоту, так и манит в детство, где все живы, где все спокойно и прекрасно».*

4. Переживания читателей, связанные с собственными критическими ситуациями (3), также скрыты, недоступны Рассказчику (кто, в свою очередь, выступает диалогическим Другим для Читателя). Комментарии не дают нам информации о конкретных проблемах читателей, их тревогах и конфликтах, а скорей, о дефиците человеческого тепла и умиротворяющей бытийности, которые могли бы способствовать разрешению возникающих проблемных ситуаций.

Анализ текстов читателей – откликов на смерть С. – позволяет составить представление об утешающем Другом, его личностных характеристиках. Контент-анализ слов, используемых читателями для описания своего восприятия С., показывает абсолютное преимущество таких определений, как «светлый» и «добрый». «Душевный», «теплый», «хороший», «творческий» также часто встречаются в текстах. Читатели отмечают «необычность» С. – его «настоящность» и «надмирность», утешительное, поддерживающее воздействие его текстов и его личности – и подчеркивают способность С. «показывать им настоящую жизнь». Также важно отметить возникшее у читателей ощущение близости, взаимосвязи с С. и друг с другом при отсутствии реального знакомства. Утешающим для читателей оказывается само соприсутствие «доброе», «светлого» человека (С.), т.к. оно приобщает к ситуации «возможного»: возможности в будущем так же, как и С., «жить настоящими ценностями».

Мы допускаем, что акценты читателей на таких личностных качествах С., как «добрый» и «светлый», на его «настоящести», не только отдают должное личности С., но и указывают на особенности мегапо-

лисной среды, в целом не являющейся средой утешающей, а скорее средой постановки целей и одобрения достижений. Сам Рассказчик не утешает Читателя напрямую – утешающее воздействие оказывает его переживание загородной жизни, которая, включая его самого, оказывается тем миром, где разворачивается настоящее, лишенное сиюминутности, – настоящее настоящее:

*«Не знакома лично, но строки С. задевали, оставляли свет»*

*«Так нравилось его читать и видеть публикации, чувствовать настоящего человека»*

*«Он обращал внимание на НАСТОЯЩИЕ ценности в жизни. Душа откликалась сразу же»*

*«Глазами С. я видела рассветы и закаты, красоту природы и чистоту дней».*

Таким образом, в описанном нами процессе «подключения» к переживанию результатом работы переживания для Читателя становится *утешение* (4). И хотя в нашем случае опосредованности утешения речь не идет о стратегии утешения, ибо Рассказчик рассказывает свою историю, а не выслушивает чужую, тем не менее, его рассказ – переживание онтологической ностальгии – призывает к действию над переживанием (Шерягина, 2016), в первую очередь, к преодолению «отложенности жизни», которая то и дело дает о себе знать в откликах читателей. Результат работы переживания Рассказчика – преодоление кризиса, *осмысленность жизни* (5). Мы видим, что преобразующая роль вербального опосредования переживания (терапевтическое воздействие нарратива) оказывается таковой и для Читателя, и для Рассказчика.

## Обсуждение

В пределах выбранного для исследования временного периода переживание С. разворачивается вокруг неопределенности его положения, «недорешенности». С. уже не надеется обрести «соратников» по деревенской жизни. Его надежды, как на московские, так и на загородные проекты – ожидаемые источники творчества, общения, стабильности – угасают, С. все чаще довольствуется одиночеством и тишиной, перестает строить планы: *«Сидишь вот так периодически, и думу думаешь...а думы то все простые, и в тонком сне всегда приходят ответы. Просто, да очень просто, когда ты находишься в созидательном процессе, на лоне природы...она диктует свои правила, ты или в них растворяешься, или идешь наперекор... пробовал, неверное движение».* Его радует малое, внимание к деталям, созерцание природы. Радость труда делает труд «нетрудным». С

определенного момента С. начинает воспринимать свой деревенский дом как родной дом и одновременно отказывается от «модной» идеи гостевого дома: *«Утро... особенно ранние часы, свежесть воздуха, и вкус его еще несколько часов будет удерживаться в тебе... Сколько в жизни маленьких радостей, а сложить, так выйдут букет на всю жизнь хватит. А в свободное время приезжайте отдыхать в деревню. Бесплатно...»*. «Я-переживающее» перестает ставить вопросы «на смысл» перед «Я-рассказывающим» (Василюк, 2005, с. 70), ибо этот смысл обретен.

Окончательное решение стать деревенским жителем С. принимает в августе. *«Теперь удивляюсь, чего раньше не убежал... Видимо, всему свое время, место, ситуация»*. Последующие записи С. – это внимание к окружающему миру, краскам дня, запахам, напоминающим о детстве, общение с паучками, ежиком, созерцание звезд. Тексты говорят о безмятежной, размеренной жизни, желании творить, радости бытия. И одновременно – об ощущении завершенности жизни, онтологической тоске, переживании трансцендентного. Последние публикации С. – это стихотворение Есенина «Мы теперь уходим понемногу в ту страну, где тишь и благодать» и запись из больницы: *«Не хотел писать, думал рассказать вам... как колышет ветер за окном беззоньку, можно, кстати, сосчитать, сколько раз перевернется пожелтевший наполовину лист вокруг своей оси на еще крепком черенке... так вот и хочется сказать, дать что ли совет... берегите себя»*.

На наш взгляд, именно переживание загородного мира/природы и прежде всего переживание онтологической ностальгии образует особое пространство взаимодействия между Рассказчиком и Читателем, территорию (и возможность) передачи ощущения, Всеобщего переживания (Петровский, 2019). Вероятно, не последнюю роль в этом играет его особая образность, суггестивность; для нас, однако, представляется важным выделить узнаваемость этого переживания, его онтологичность, способность охватить всю жизнь человека как единое целое – единое бытие – и в то же время вывести за пределы себя, обратиться к целостному смыслу жизни. Экстраординарный пример такого целостного осмысления жизни можно встретить в дневниках ленинградских блокадников, которые в ситуации невозможности и предельного отчаяния пишут о красоте природы и музыки (Карягина, Шерягина, 2018).

В комментариях читателей обращает на себя внимание их стилистическая подстройка к содержанию сообщений С. (к модусам его бытия): деловитость в ответ на деловитость, рассудительность в ответ

на рассудительность, ностальгические воспоминания в ответ на описание переживания загородной жизни. Наибольшая включенность читателей в «со-переживание» связана с описанием С. своего опыта деревенской жизни.

История С. — это «феноменология бытийного уровня... поиск смысла жизни, осознание своей свободы и ответственности, осознание конечности жизни» (Гришина, 2018, с. 16). Переживание С. в контексте его деревенских записей предоставляет богатый материал для рассмотрения целого ряда аспектов, связанных с категориями переживания (преодоление критической ситуации) (Василюк, 1984), бытия собой (изменение образа себя), Другого (адресованность, диалогичность), субъективной онтологии (предельные онтологемы) (Сапогова, 2019). В рамках же нашего исследования наибольшую значимость представляет утешительное воздействие рассказов С. о своем жизненном мире.

### **Выводы**

Анализ рассмотренного случая позволил нам описать процесс опосредования утешения через нарратив и феномен переживания онтологической ностальгии. Как мы видим, одной из глубинных особенностей этого феномена является узнаваемость — восприятие переживания онтологической ностальгии другим человеком как собственного, личного переживания. Составлено представление о внутренней структуре и динамике, определяющих опосредованность переживания и его утешающее воздействие; узнаваемость онтологической ностальгии, на наш взгляд, играет ключевую роль в этих процессах. Получен ответ на вопрос о том, какие личностные особенности Другого оказываются значимыми в контексте исследуемого нами процесса опосредования переживания.

Мы рассматриваем случай С. как единичный, уникальный случай, где глубина явления и глубина его сущности, раскрываемой в исследовании, соизмеримы и позволяют нам создавать теоретические конструкции, опираясь на которые мы можем составить более объемное и целостное представление об исследуемом феномене: «Личность тем значительнее, чем больше в индивидуальном преломлении в ней представлено всеобщее» (Рубинштейн, 1959, с. 119). В то же время любое обращение к case-study несет в себе свойственные этому методу ограничения и требует дополнения другими методами исследования для понимания того, как описанные нами проявления феномена онтологической ностальгии дают о себе знать в системе иных явлений.

Также нужно отметить, что рассмотренная в данном исследовании потребность в утешении тоже имеет свои ограничения, будучи обусловленной как степенью онтологической значимости загородного жизненного мира, необходимой для подключения к переживанию, так и стратегиями утешения, которые у человека «сложились в процессе его становления как личности» (Шерягина, 2016, с. 9).

Феноменологически близким нам представляется поле художественного текста, где также имеют место узнаваемость переживания природы и загородного мира и утешительное воздействие авторского переживания на читателя. Однако наш случай включает и ещё один важный компонент – личность автора переживания – Другого. Этот Другой в определенном смысле совершает работу переживания, которую его читатель не имеет возможности совершить. Данный аспект изучаемого нами феномена возвращает нас в пространство психотерапевтического взаимодействия: могут ли способность психотерапевта быть «светлым», «добрым», «настоящим» и возникшее в диалоге переживание онтологической ностальгии (или хотя бы переживание «существенного и значительного») снять задачу профессиональной намеренности, целенаправленной и психотехнической заботы, возложенную на психотерапевта современной городской культурой. Вопросы, связанные с сопоставлением образований (Город – Деревня, Классика – Модерн и другие) (Василюк, 2007), где цельность, развитие, смысл жизни человека имеют разные культурно-исторические интерпретации и соответствующие им способы воздействия, полагают основу для наших дальнейших исследований пространства психотерапевтического взаимодействия и феноменов психотерапии. Мы планируем более глубоко изучить особенности, которые привносит в работу переживания «соположенность» городского и сельского в загородном жизненном мире, и то, какое влияние, с учетом современного контекста, она оказывает на формы душевной заботы и совладания с критическими ситуациями.

### Литература

Бросова, Н.З. Ностальгия ума и сердца в метафизике провинции М. Хайдеггера // Horizon. Феноменологические исследования. 2012. Т. 1. № 2. С. 117–134.

Бусыгина, Н.П. Научный статус методологии исследования случаев // Консультативная психология и психотерапия. 2009а. Т. 17. № 1. С. 5–29.

Бусыгина, Н.П. Феноменологический и герменевтический подходы в качественных психологических исследованиях // Культурно-историческая психология. 2009б. Т. 5. № 1. С. 57–65.

Воловикова, М.И., Кретова, А.А. Деревня как ресурс жизнестойкости жителей мегаполиса // Способности и ментальные ресурсы человека в мире глобальных перемен / Отв. ред. А.А. Журавлёв, М.А. Холодная, П.А. Сабадош. М.: Институт психологии РАН, 2020. С. 719–727. DOI: 10.38098/proc.2020.59.34.001

Василюк, Ф.Е. Культурно-антропологические условия возможности психотерапевтического опыта // Культурно-историческая психология. 2007. Т. 3. № 1. С. 80–92.

Василюк, Ф.Е. Переживание и молитва (опыт общепсихологического исследования). М.: Смысл, 2005.

Василюк, Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.: Издательство Московского университета, 1984.

Виноградская, О.Я. Онтологические основания переезда горожан в деревню // Крестьяноведение. 2018. Т. 3. № 4. С. 123–135. DOI: 10.22394/2500-1809-2018-3-4-123-135

Виноградская, О.Я. От-чего горожане едут в деревню: феноменология и практика // Крестьяноведение. 2019. Т. 4. № 3. С. 140–155. DOI: 10.22394/2500-1809-2019-4-3-140-155

Гришина, Н.В. Проблема концептуализации контекста в современной психологии // Социальная психология и общество. 2018. Т. 9. № 3. С. 10–20. DOI:10.17759/sps.2018090302

Знедонис, И. Курземите. Рига: Лиесма, 1976.

Карягина, Т.Д., Шерягина, Е.В. Экзистенциальные аспекты переживания: надежда и психологическое время личности // Международная конференция по консультативной психологии, посвященная памяти Ф.Е. Василюка: сборник материалов / Под ред. В.В. Архангельской, А.А. Голзицкой, Н.В. Кисельниковой, Е.А. Семеновой. М.: Психологический институт РАО, 2018. С. 114–117.

Клейтон, С., Ирхин, Б.Д., Нартова-Бочавер, С.К. Идентификация с природой в России: валидизация метода и связь с заботой о людях и растениях // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2019. Т. 16. № 1. С. 85–107. DOI: 10.17323/1813-8918-2019-1-85-107.

Кошьев, А.Ф. О диалогической природе психотерапевтического опыта // Культурно-историческая психология. 2007. Т. 3. № 1. С. 93–100.

Кретова, А.А. Восприятие природы: чувство Родины и духовно-нравственные аспекты // Индивидуальное, национальное и глобальное в сознании современного человека: новые идеи, проблемы, научные направления / Отв. ред. Н.В. Борисова, М.И. Воловикова, А.А. Журавлев. М.: Институт психологии РАН, 2020а. С. 587–594. DOI: 10.38098/univ.2020.55.72.045



Кретьова, Л.А. Самоактуализация и потребность в смысле в контексте загородной жизни горожан // Сборник материалов VII Международной научно-практической конференции Психология третьего тысячелетия «Актуальные вопросы современной психологии» (г. Дубна, 14–15 апреля 2020 г.). Дубна: Гос. ун-т «Дубна», 2020b. С. 75–78.

Кричевец, А.Н. Судьба смысла и смысл судьбы // Методология и история психологии. 2019. Вып. 1. С. 80–90. DOI: 10.7868/S1819265319010047

Лихачев, Д.С. Поэзия садов. М.: КоЛибри, 2018.

Мельникова, О.Т., Хорошилов, Д.А. Методологические принципы качественных исследований в психологии // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2013. № 3. С. 4–17.

Меньшикова, Л.В., Левченко, Е.В. Об истории становления понятия «жизненный мир» в психологии // Вестник СПбГУ. Серия 16. 2015. № 2. С. 4–9.

Нартова-Бочавер, С.К., Мухортова, Е.А., Ирхин, Б.Д. Взаимодействие с миром растений как источник позитивного функционирования человека // Консультативная психология и психотерапия. 2020. Т. 28. № 2. С. 151–169. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280209>

Нартова-Бочавер, С.К. Средовая идентичность личности и моральные мотивы // Методология, теория, история психологии личности / Отв. ред. А.А. Журавлев, Е.А. Никитина, Н.Е. Харламенкова. М.: Институт психологии РАН, 2019. С. 156–163.

Панов, В.И. Экопсихологические взаимодействия: виды и типология // Социальная психология и общество. 2013. № 3. С. 13–27.

Петровский, В.А. Преодоление «схизиса»: в продолжение несостоявшегося диалога с Ф.Е. Василюком // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 1. С. 64–69. DOI:10.17759/chp.2019150107

Печин, Ю.В. Ценностные основания мотивации личности (на материале исследования труда горожан-дачников). Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2008.

Рубинштейн, С.А. Принципы и пути развития психологии. М.: Изд-во Академии наук СССР, 1959.

Сапогова, Е.Е. Субъективная онтология и жизненный мир личности // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 1. С. 35–45. DOI: 10.17759/chp.2019150104

Харламенкова, Н.Е. Case study как метод исследования личности // Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы. Сборник материалов конференции. М.: Институт психологии РАН, 2010. С. 747–752.

Шабельников, В.К. Предметность и субъектность детерминирующего мира в концепциях психологии // *Методология и история психологии*. 2006. № 1. С. 23–40.

Шерягина, Е.В. Житейская и профессиональная психологическая помощь: понятийное поле и проблематика // *Консультативная психология и психотерапия*. 2016. Т. 24. № 1. С. 8–23. DOI: 10.17759/cpp.20162401002

Clayton, S., Orotow, S. *Identity and the natural environment: The psychological significance of nature*. Cambridge: MIT Press, 2003.

Jordan, M., Marshall, H. Taking counselling and psychotherapy outside: Destruction or enrichment of the therapeutic frame? // *European Journal of Psychotherapy & Counselling*. 2010. Vol. 12. No. 4. P. 345–359. DOI: 10.1080/13642537.2010.530105

Jordan, M., Hinds, J. *Ecotherapy: Theory, Research and Practice*. London: Palgrave, 2016.

Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., Routledge, C. Self and Affect: The Case of Nostalgia / In J.P. Forgas (Ed.), *Affect in social thinking and behavior: Frontiers in social psychology*. New York, NY: Psychology Press. 2006. P. 197–215. DOI: 10.1080/15298868.2010.521452

Vess, M., Arndt, J., Routledge, C., Sedikides, C., Wildschut, T. Nostalgia as a Resource for the Self // *Self and Identity*. 2012. Vol. 11. No. 3. P. 273–284.

Willig, C. *Qualitative Interpretation and Analysis in Psychology*. Maidenhead: Open University Press, 2012.

### **Сведения об авторе**

*Лола А. Кретова*, соискатель ученой степени кандидата наук, Институт психологии РАН, Москва, Россия; 129366, Москва, ул. Ярославская, 13; [lola.kretova@gmail.com](mailto:lola.kretova@gmail.com)

Kretova L.A.

Therapeutic effect of “country” narrative:  
consolation and meaning

*Institute of Psychology Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia*

The salutary influence of nature or rural environment on city dweller is emphasized by many researchers. However, these works rarely refer to the ontological level of psychological reality, existential problems associated with a life crisis and the search for meaning. The therapeutic effect occurs not only by direct contact with nature, but also by indirect entry into the experience of country lifeworld – through the story of Other, oral or written text. This paper explores the process of “delivering” personal experience via written notes

about country life practice, its “acceptance” and therapeutic impact on the author and the reader. Country lifeworld becomes a space where each side of the dialogue, a former citizen and a city dweller, solve their own life issues. It is suggested that the acceptance of the experience of the Other as the experience of the consoler becomes possible due to the recognizability of the narrator’s ontological experience: ontological nostalgia turns out to be the Central experience that connects the experience of life crisis, the experience of nature and the need for consolation. A phenomenological and hermeneutical analysis of the case-study presented in this article provides an idea of the internal structure and dynamics that determine the mediation of consolation. The findings indicate the personal characteristics of the Other that are significant for this process. A theoretical scheme of “connection” to experience is proposed: it explains the internal links within the process and the results of experience work relating to the author and to the reader: for the author the result of such work is overcoming the crisis, a sense of wholeness, for the reader – consolation, help in coping with everyday difficulties. Our findings may be considered both in terms of psychotherapy phenomena and in terms of ontology of the lifeworld.

*Key words:* experiencing, ontological nostalgia, country lifeworld, compassion, The Other, psychotherapy, case-study, phenomenological approach, mediation

*For citation:* Kretova, L.A. (2022). Therapeutic effect of “country” narrative: consolation and meaning. *New Psychological Research*, No. 1, 34–55. DOI: 10.51217/npsyresearch\_2022\_02\_01\_02

## References

Brosova, N.Z. (2012). Nostalgia of the mind and heart in the metaphysics of the province of M. Heidegger. *Horizon. Fenomenologicheskie issledovaniya*, 1(2), 117–134.

Busygina, N.P. (2009a). Scientific prospective of case study methodology. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 17(1), 5–29.

Busygina, N.P. (2009b). Phenomenological and hermeneutic approaches in qualitative psychological research. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*, 5(1), 57–65.

Clayton, S., Irkhin, B.D., Nartova-Bochaver, S.K. (2019). Environmental Identity in Russia: Validation and Relationship to Concern for People and Plants. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki*, 16(1), 85–107. DOI: 10.17323/1813-8918-2019-1-85-107

Clayton, S., Opatow, S. (2003). *Identity and the natural environment: The psychological significance of nature*. Cambridge: MIT Press.

Grishina, N.V. (2018). The problem of the conceptualization of context in modern psychology. *Sotsial'naya psikhologiya i obshchestvo*, 9(3), 10–20. DOI: 10.17759/sps.2018090302

Jordan, M., Hinds, J. (2016). *Ecotherapy: Theory, Research and Practice*. London: Palgrave.

Jordan, M., Marshall, H. (2010). Taking counselling and psychotherapy outside: Destruction or enrichment of the therapeutic frame? *European Journal of Psychotherapy & Counselling*, 12(4), 345–359. DOI: 10.1080/13642537.2010.530105

Karyagina, T.D., Sheryagina, E.V. (2018). Existential aspects of experiencing: the hope and psychological time of the person. In V.V. Arkhangel'skaya (Ed.), *Mezhdunarodnaya konferentsiya po konsul'tativnoi psikhologii, posiyashchennaya pamyati F.E. Vasilynka: sbornik materialov* (pp. 114–117). Moscow: FBGNU Psikholicheskii institut RAO.

Kharlamenkova, N.E. (2010). Case-study as a method of personality research. In *Eksperimental'naya psikhologiya v Rossii: traditsii i perspektivy. Sbornik materialov konferentsii* (pp. 747–752). Moscow: Institut psikhologii RAN.

Kopev, A.F. (2007). On the Dialogical Nature of Psychotherapeutic Experience. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*, 3(1), 93–100.

Kretova, L.A. (2020a). Perception of nature: a sense of homeland and spiritual and moral aspects. In N.V. Borisova (Ed.), *Individual'noe, natsional'noe i global'noe v soznanii sovremennogo cheloveka: novye idei, problemy, nauchnye napravleniya* (pp. 587–594). Moscow: Institut psikhologii RAN. DOI: 10.38098/univ.2020.55.72.045

Kretova, L.A. (2020b). Self-actualization and the need for meaning in the context of country life of former townspeople. In *Sbornik materialov VII Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii Psikhologiya tret'ego tysyacheletiya «Aktual'nye voprosy sovremennoi psikhologii»* (pp. 75–78). Dubna: Gos. un-t «Dubna».

Krichevets, A.N. (2019). The destiny of meaning and the meaning of destiny. *Metodologiya i istoriya psikhologii*, 1, 80–90. DOI: 10.7868/S1819265319010047

Likhachev, D.S. (2018). *Poetry of gardens*. Moscow: KoLibri.

Melnikova, O.T., Horoshilov, D.A. (2013). Methodological principles of qualitative research in psychology. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya*, 3, 4–17.

Menshikova, L.V., Levchenko, E.V. (2015). About the historical formation of the concept of the «life-world» in psychology. *Vestnik SPbGU*, 16(2), 4–9.

Nartova-Bochaver, S.K. (2019). Environmental identity and the person's moral motives. In A.L. Zhuravlev (Ed.), *Metodologiya, teoriya, istoriya psikhologii lichnosti* (pp. 156–163). Moscow: Institut psikhologii RAN.

Nartova-Bochaver, S.K., Mukhortova, E.A., Irkhin, B.D. (2020). Interaction with the plant world as a source of positive human functioning. *Konsul'tativnaya*

*psikhologiya i psikhoterapiya*, 28(2), 151–169. DOI: <https://doi.org/10.17759/cpp.2020280209>

Panov, V.I. (2013). Ecopsychological Interactions: Types and Typology. *Sotsialnaya psikhologiya i obshchestvo*, 3, 13–27.

Pechin, Yu.V. (2008). Value bases foundations of personal motivation (based on the study of suburban labor of urban residents. Extended abstract of PhD dissertation. Novosibirsk.

Petrovskii, V.A. (2019). Overcoming the Schism: Following a Dialog with F.Ye. Vasilyuk that Never Occurred. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* 15(1), 64–69. DOI:10.17759/chp.2019150107

Rubinshtein, S.L. (1959). *Principles and the development of psychology*. Moscow: Nauka.

Sapogova, E.E. (2019). Subjective Ontology and the Individual's Lifeworld. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*, 15(1), 35–45. DOI: 10.17759/chp.2019150104

Sedikides, C., Wildschut, T., Arndt, J., Routledge, C. (2006). Self and Affect: The Case of Nostalgia. In J.P. Forgas (Ed.), *Affect in social thinking and behavior: Frontiers in social psychology* (pp. 197–215). New York, NY: Psychology Press. DOI: 10.1080/15298868.2010.521452

Shabelnikov, V.K. (2006). The subject and subjectivity of the determinative world in the concepts of psychology. *Metodologiya i istoriya psikhologii*, 1, 23–40.

Sheryagina, E.V. (2016). Common and professional psychological help: conceptual framework and issues. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya*, 24(1), 8–23. DOI: 10.17759/cpp.20162401002

Vasilyuk, F.E. (1984). *Psychology of Experience: The Analysis of Overcoming Critical Situations*. Moscow: Izdatel'stvo Moskovskogo universiteta.

Vasilyuk, F.E. (2005). *Experience and prayer (general psychological research)*. Moscow: Smysl.

Vasilyuk, F.E. (2007). Cultural-Anthropological Conditions of Psychotherapeutic Experience. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya*, 3(1), 80–92.

Vess, M., Arndt, J., Routledge, C., Sedikides, C., Wildschut, T. (2012). Nostalgia as a Resource for the Self. *Self and Identity*, 11(3), 273–284.

Vinogradskaya, O.Ya. (2018). Ontological foundations of the Townspeople Moving to the Village. *Krest'yanovedenie*, 3(4), 123–135. DOI: 10.22394/2500-1809-2018-3-4-123-135

Vinogradskaya, O.Ya. (2019). Why and from What Townspeople Move to the Village: Phenomenology and Practice. *Krest'yanovedenie*, 4(3), 140–155. DOI: 10.22394/2500-1809-2019-4-3-140-155

Volovikova, M.I., Kretova, L.A. (2020). Countryside as a resource for the resilience of megalopolis people. In A.L. Zhuravlev (Ed.), *Sposobnosti i mental'nye*

*resursy cheloveka v mire global'nykh peremen* (pp. 719–727). Moscow: Institut psikhologii RAN. DOI: 10.38098/proc.2020.59.34.001

Willig, C. (2012). *Qualitative Interpretation and Analysis in Psychology*. Maidenhead: Open University Press.

Ziedonis, I. (1976). *Kurzemite*. Riga: Liesma.

#### **Information about the author**

*Lola A. Kretova*, PhD Applicant, Institute of Psychology Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia; bld. 13, Yaroslavskaya str., Moscow, Russia, 129366; [lola.kretova@gmail.com](mailto:lola.kretova@gmail.com)