

Интервью, газета «СУББОТА», 2002-04-11 Рига

Елена Мищенко

"Верю в мудрость и организованность мира!"

Магистр Артур Домбровский - психолог, культуролог, гештальт-терапевт, практикует вот уже 10 лет, член Латвийского психотерапевтического объединения и Европейской психотерапевтической Ассоциации, успешно закончил Парижский институт гештальт-терапии, директор Рижского Гештальт Института.

- Артур, часто приходится слышать от людей: "Тяжело на душе, в жизни все разладилось, врачи советуют обратиться к психотерапевту. Но я обойдусь! Слышал, что эти специалисты сами с большим "приветом". Оно справедливо?"

- Когда я работал в школе, один старшеклассник как-то раз обозвал меня психом. Я ему предложил: "Пойдем, поговорим!" "Не хочу!" - ответил он мне. "Боишься?" "Нет!" "Но мне неприятно, что ты меня так называешь!" "А мне все равно!" - заявил он. "Тогда давай драться!" - предложил я ему. "Не буду!" - отрезал он. "Тогда, может быть, договоримся!" И мы великолепно пообщались. "Если что, заходи, моя дверь всегда открыта," - сказал я ему на прощание. И он приходил.

Но если психотерапевт не занимается собой, пропускает сеансы личной психотерапии, то он действительно может стать "с приветом". Неудовлетворенный, психологически нездоровый специалист в этой сфере просто невозможен. Труд очень тяжелый. На профессиональную подготовку уходит не менее 10-15 лет (высшее образование плюс специальное психотерапевтическое). По сути дела, обучение продолжается всю жизнь. Иначе становишься профнепригодным. Соприкосновение со множеством разных судеб, порой весьма драматичных, конечно оставляет отпечаток в душе. Лично я сохраняю внутреннюю устойчивость и силу благодаря вере в мудрость и организованность мира.

Европейской ассоциацией психотерапевтов утверждены определенные часовые нормативы личной психотерапии. Их обязательно надо соблюдать. Я, например, регулярно обращаюсь за помощью к одному из своих коллег. Психотерапия у нас еще долго будет оставаться дорогой и элитной услугой. В среднем по Латвии стоимость часа работы психотерапевта колеблется в пределах от 7 до 15 Ls.

- В чем особенность Вашей методики работы?

- У меня свой взгляд на устройство человеческой души. Я не верю в ее двойность - что в ней, мол, скрыты как добро, так и зло. Ребенок появляется на свет исключительно позитивным. Потом в его поведении что-то оказывается правильным, что-то нет. Мир начинает дробиться и сам человек тоже как бы делится на отдельные куски. Каждому из них присваивается свое значение. Секс - плохо, быть добрым - хорошо... Это и становится первопричиной конфликта. У одних она выражается в явной агрессии, у других в депрессии, у третьих в дезадаптации, у четвертых появляется сверхидея достижения какой-то цели. Но добиваясь ее, счастья он тем не менее не получает. Не имеет значения, какое у человека было детство. Важно то, что он делает сейчас с теми проблемами, которые оно подарило. Следующий шаг, творческое приспособление к среде. Воевать с ней, заранее проигранный ситуация. Отдаться как абсолютной ценности, значит потерять свою индивидуальность. Надо искать равновесие.

- Некоторые школьные психологи жалуются, что дети к ним не идут. Что директора хотят быть в курсе всей психологической работы, которую они проводят, диктуют им свои условия. У Вас случалось такое?

- В школах нужны не психологи, которые, как правило, прекрасно ставят диагноз, но не знают, что с ним делать. А психотерапевты. Я работал в разных рижских учебных заведениях. Ученики ко мне в очередь стояли. Им было интересно. Ведь я говорил с ними на их языке, но не опускался до их уровня. Дети очень чуткие, они тянутся к тем людям, которые их понимают. Особенно те из них, кто дома обделены живым общением. Когда в школе они в очередной раз сталкиваются с манипуляцией, то стремятся бороться с теми, кто их подавляет. Они видят, что у нас много общего. Что и в моей взрослой жизни бывают похожие проблемы. Я тоже порой испытываю чувство обиды, неприязни, могу разговаривать очень жестко...

- *Некоторые специалисты утверждают, что современные шести-семи-летки чрезвычайно сексуальны. Мол, растут они в основном под влиянием телевизора. А он постоянно твердит про ЭТО. Следовательно психологическую работу с ними нужно строить именно на этой особенности. Каково Ваше мнение?*

- Да, дети, действительно, сексуальны. Ну и что? Секс это то, с чем сейчас связано чувство счастья. При социализме секса вообще не было. Теперь он повсюду. В обществе эта тема уже перестала быть запретной. Но учителям сексуальность почему-то до сих пор кажется чем-то неприличным. Между тем, секс дает людям возможность очень тесно контактировать друг с другом. А людям сегодня остро не хватает общения. Если дети живут в среде, где мало счастья, то они начинают тянуться ко всему, через что можно получить счастливые ощущения к вещам, сексу... Ничего плохого в сексуальности нет. И не надо учителям стремиться подавлять в детях это чувство. С этой частью человеческой жизни надо работать. На этом действительно можно строить работу с ребятами, но не с малышами, а с более старшими 13-14-летними, например. При условии, что учитель достаточно хорошо знает эту тему и не боится ее.

Сексуальное воспитание уместно и в младших классах. Но оно не должно превращаться в сухой урок. Недавно вечером по дороге домой я стал свидетелем такой сценки. Мальчишки шли и подшучивали над девочкой. Вдруг один выпалил: "А у тебя там внутри ребенок! Уже очень большой!" Она очень смутилась и не знала как реагировать на такое сообщение. Видимо, малышка совершенно не в курсе того, как появляются дети. А шутники не готовы воспринимать это явление как надо. И в результате хорошее, приятное, красивое вдруг превратилось в нечто плохое и безобразное.

- *Что такое психологическое здоровье?*

- Это способность хорошо адаптироваться к той социальной среде и ценностям, которые есть на данный момент. Выводить новую формулу здоровья из старого, советского, способа адаптации нельзя. Африканский туземец, который публично занимается сексом, в своем племени считается совершенно нормальным человеком. А у нас его отвезли бы в психиатрическую больницу. И скорее всего, это было бы правильно.

Проблема заключается в том, что на нас очень резко свалились новые ценности. Во-первых, культура потребления. Мало кто был к ней по-настоящему готов. В каждой рекламе между строк читается подтекст: приобрети это и будешь счастлив. На самом деле, это всего лишь манипуляция человеческим сознанием. Надо приспособливаться к ней и справляться с ситуациями, которые преподносит новая культура. Чтобы физически выжить в современном мире, достаточно даже маленькой зарплаты. Кризисы у людей возникают в основном из-за того, что им хочется достичь какого-то определенного уровня. Это и приносит ощущение несчастья. Дети переживают его особенно остро.

- Есть еще какие-то приобретения?

Да, свобода самовыражения. С этим мы тоже справляемся с большим трудом. Ведь выразить можно все, что угодно, в том числе, и деструктивные тенденции. Нам не нравится, что дети себя плохо ведут, ругаются матом, который льется с телеэкранов. Но ведь они просто транслируют свободу самовыражения, которую мы сами же и декларировали.

Третье - при равных правах наше общество теперь стало многослойным. Уже нет единых ценностных ориентиров для всех. И это тоже пока сложно принять. Особенно в школе, где учатся дети из разных социальных слоев. Например, во Франции хорошо изучено, как работать с ребятами выходцами из арабских стран и с детьми из аристократических семей. По-разному. И учитель, как правило, прекрасно понимает, с каким классом ему предстоит иметь дело. Еще одно нововведение - неабсолютная ценность семьи. При социализме неверного мужа могли вызвать на партсобрание и песочить. Теперь интересы индивидуальности поднимаются над интересами семьи и общества. Американцы давно уже перестали вести такие войны, при которых людей тысячами отправляли на смерть. Теперь они могут воевать за одного человека, за личность, а не за группу. То же самое происходит и в семейной жизни. На мой взгляд, несчастная полная семья однозначно хуже неполной, но счастливой. Ведь линия фронта между родителями всегда проходит через душу ребенка.

- Что же делать, вообще не иметь детей?

- Иметь, но более ответственно подходить к их рождению. Старая система обеспечивала выживание общества в зависимости от количества детей в семье. С приходом культуры потребления все изменилось. Поэтому в западном мире рождаемость и смертность значительно снизились. Средний класс обзаводится потомством чаще всего после тридцати лет, когда собственная жизнь уже стабилизировалась. А у нас продолжают рожать чуть ли не в двадцать. Между тем лозунг «всегда надо иметь детей» это чистой воды спекуляция. Если есть готовность, желание и ответственность, тогда - да! Но использовать ребенка как средство манипуляции партнером, для того, чтобы склеить семью, компенсировать чувство одиночества и тому подобное, это большая опасность для своей жизни и жизни ребенка.

- Спасибо за беседу!