

ГОО ВПО ДОННМУ ИМ. М. ГОРЬКОГО



# ОНТОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФЕНОМЕНА СТРЕССА

**Ряполова Татьяна Леонидовна**

*Зав. кафедрой психиатрии, медицинской психологии,  
психосоматики и психотерапии с лабораторией  
психического здоровья, проф., д.мед.н.*

# «Множественный стресс»

- Донецкая Народная Республика является уникальной с точки зрения наличия у наших жителей многослойного **множественного стресса**:
  - хронический стресс военного времени 2014-2022г.г.
  - ковидный стресс
  - острый травматический стресс вследствие активных боевых действий 2022г.
- **Помимо этого**:
  - «информационная война»
  - социально-экономическая напряженность
  - внутрисемейные конфликты
  - утрата родных и близких и масса иных, сопряженных с войной, ситуаций

# Феномен стресса

- Учение Г. Селье о стрессе, или общем адаптационном синдроме, охватывает физиологические реакции, эмоциональные процессы, когнитивные и поведенческие проявления и нарушения
- Стрессовые ситуации (особые, измененные условия, предъявляющие предельно или запредельно высокие требования к человеку: ухудшающие работоспособность, подрывающие здоровье; угрожающие смертью (небытием); вызывающие посттравматические реакции и расстройства)
- Личность в стрессовой ситуации (что человек делает со своим опытом жизни, бытия: превращает его в кладезь несчастий или в источник роста и развития)

# Онтологический статус личности

- Личность конкретного человека - в бытии в совместном мире, в котором он обращается с собственным и несобственным бытием
- Удвоение онтологии личности: в бытии человек не только присутствует как вещь (М.Хайдеггер), но и как-то относится к способам своего бытия, своего существования, решая задачи на смысл, осуществляя поступки, проявляя заботу, делая выбор, занимая позицию и т.д.

# Бытие личности

- Многообразные отношения, связи, деятельности
- Самоидентичность – результат работы, в которой многообразии связывается, удерживая различие, разделение
- Отношение одного бытия к другому бытию (как собственному, так и несобственному), сочетая внутреннюю работу над собой (практику себя, заботу о себе), с работой с Другим и над Другим (заботой о Другом, практикой Другого)

# Бытие личности в ситуации стресса

- с точки зрения установления связи кардинально нового опыта бытия (в том числе, опыта небытия) с предшествующим опытом, по сути, принципиально отличным от него

# Бытие личности в ситуации стресса

- конституируется вторжением смерти в жизнь, т.е. освоением опыта небытия
- превращение небытия из потустороннего в посюсторонний феномен выводит существование человека за пределы обыденного, повседневного бытия
- онтология небытия — существование личности в небытии, усвоения опыта небытия

# Смысловая структура личностного бытия

*(Л. Гуссерль, 2004)*

- Смысловые образования, конституированные «задачей на жизнь», утверждением жизни
- Смысловые образования, конституированные «задачей на смерть, на небытие», связанные с утратой, деструкцией, исчезновением
- Повседневность: решение «задачи на жизнь» в условиях отрицания, вытеснения «задачи на смерть». Однако последняя латентно или явно прорывается во всех смысловых образованиях повседневности

# Бытие личности в ситуации стресса

- Необходимость усвоения того, что чуждо и непривычно для нее в повседневном опыте
- Личностный смысл определяется в «бытии-между» — переходе, столкновении своего и чужого смыслов, что приводит к противоречию, конфликту, кризису и борьбе

# Бытие личности в ситуации стресса

- Связано с переходом из повседневной реальности в неповседневную и обратно. Эти переходы сопровождаются сменой смысловых структур жизненного мира. В соответствии с этой сменой у человека трансформируются мотивация, смысловые образования, картина мира и др. Эти трансформации сопровождаются напряженной внутренней работой и сильным переживанием не только ужаса, отчаяния, утраты, но и обретения, благополучия и т.д.

# Феномен стресса

- Существование в переходе повседневности и неповседневности и наоборот
- Проявляется не только в момент воздействия стрессора, но и отсроченно — в ситуации возвращения в мир, который человек перед этим покинул (возвращение с войны, из тюрем, после невзгод и бедствий). Ситуация возвращения — это повседневная реальность, в которой отсроченно вызревает феномен стресса
- Стресс — это также феномен замедленного действия, процесс становления, развития определенного способа бытия личности, становления самоидентичности в ходе усвоения опыта

# Феномен стресса

- Негативный феномен - феномен страдания, потери
- Позитивный феномен - феномен обретения, благополучия
- Контакт человеческого и нечеловеческого, не только насилия, мученичества, но и стойкости, мужества, а также солидарности и помощи

# Бытие личности в ситуации стресса

- Актуализируются две мотивационные формы: сохранение бытия в ситуации угрозы небытия и становление бытия вопреки угрозе небытия
- Мотивация выживания и мотивация роста взаимно пересекаются и переплетаются
- Одинаково актуализируются и возможность деструкции, и стремление к человечности

# Бытие личности в ситуации стресса

- Экзистенциальная работа личности с формами своей жизнедеятельности и с собственной субъектностью
- Мотивационная работа, смысловая работа— работа сознания, работа горя, рефлексии и т.д.
- И мотивационная работа, и смысловая работа, и эмоциональная работа, и работа в «бытии-между» как коммуникативные феномены
- Всякий мотив есть отношение, и его надо определять как процесс коммуникации, диалога между одним Я и другим Я
- Мотивация — это не только регуляция и управление поведением и деятельностью, но и форма заботы личности о совместном бытии

# Бытие личности в ситуации стресса

- Одна из задач мотивационной работы личности — формирование самоидентичности, релевантной фактической жизненной ситуации
- В ситуации стресса деятельность личности как переход из одного жизненного мира в другой требуют перехода идентичности

# Бытие личности в ситуации стресса

- Не только делание чего-то (например, участие в боевых операциях), но и неделание (например, работа над собой, чтобы «сохранить человечность», «не превратиться в зверя», «не уродовать душу») — важные задачи, стоящие перед человеком в и в повседневном мире, и в ситуации стресса
- Психическая деятельность человека - это единство пассивности и активности, делания и неделания, действия и страдания (*Магомед-Эминов, 2005, 2007*)

# Пассивная работа личности в ситуации стресса

- Напряженная внутренняя работа по подготовке к действию
- Состояния релаксации, сна
- Рефлексия
- Ожидания акта, действия в совместно-разделенной деятельности
- Непричинения зла, проявления стойкости
- Страдания
- Конституирование самоидентичности как основания для осуществления определенной функции
- Пассивный синтез временной перспективы личности

ОСНОВА ДЛЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА

# Онтология феномена стресса

- Означает смещение акцента в понимании феномена стресса с медицинских, биологических, стимульно-реактивных или эмоционально-когнитивных трактовок на рассмотрение конкретного человека в предельных способах бытия, требующих решения «задачи на жизнь, на бытие», а не только реакции на стрессовые события
- Позволяет рассматривать стресс как ценностно-смысловой феномен, который обеспечивается формами существования личности, бытия в совместном мире

# Онтология феномена стресса

- Феномен стресса в онтологическом аспекте определяется в двух смыслах личности—смысла жизни и смысла смерти, в диалектическом взаимодействии которых формируются смысловые образования стрессового жизненного мира личности
- Стрессовый опыт — это опыт, который существует на пересечении повседневного и неповседневного жизненного опыта личности
- Стресс не может быть сведен к негативности, а представляет собой феномен, образующийся во взаимодействии позитивного и негативного, страдания и благополучия



**БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ**