

МІНІСТРЕСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І. І. МЕЧНИКОВА  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

М. П. Гусакова

## КРИЗОВЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ

### МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до практичних занять для здобувачів ступеня вищої освіти  
«магістр» I року навчання спеціальності 053 Психологія

ОДЕСА  
ОНУ  
2018

Рекомендовано до друку Вченою радою  
ІМЕМ ОНУ імені І. І. Мечникова.  
Протокол № 2 від 26 жовтня 2017 р.

Рецензенти:

В. М. Буганова, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та розвитку особистості ІМЕМ ОНУ імені І. І. Мечникова;

А. Ш. Коваль, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної та прикладної психології ІМЕМ ОНУ імені І. І. Мечникова.

Гусакова М. П.

Г96 Кризове консультування : методичні вказівки до практичних занять з дисципліни «Кризове консультування» для здобувачів ступеня вищої освіти «магістр» І року навчання спеціальності 053 Психологія. / М. П. Гусакова – Одеса: Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2018.– 52 с.

УДК 159.96

© Гусакова М. П., 2018

© Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2018

## ЗМІСТ

|                                                                                                                       |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Вступ                                                                                                                 | 4  |
| <i>Практичне заняття 1. Актуальні дослідження питань кризової психології</i>                                          | 5  |
| <i>Практичне заняття 2. Техніки психологічної підтримки кризової особистості</i>                                      | 6  |
| <i>Практичне заняття 3. Моделювання кризової інтервенції</i>                                                          | 7  |
| <i>Практичне заняття 4. Самооцінювання студентами переживання власних кризових ситуацій та ресурсів їх подолання</i>  | 8  |
| <i>Практичні заняття 5-6. Планування програми проведення дебрифінгу</i>                                               | 9  |
| <i>Практичні заняття 7-8. Презентація та захист індивідуальних завдань</i>                                            | 9  |
| Список рекомендованої літератури                                                                                      | 10 |
| <i>Додаток 1. Уривок з роману Л. Толстого</i>                                                                         | 12 |
| <i>Додаток 2. Методики оцінки кризових переживань особистості</i>                                                     | 30 |
| <i>Додаток 3. Методики оцінки ресурсних переживань особистості</i>                                                    | 37 |
| <i>Додаток 4. Рекомендації щодо розробки брошури «Психологічна допомога в кризовій і / або надзвичайній ситуації»</i> | 47 |
| <i>Додаток 5. Рекомендації щодо анотування спеціалізованих інтернет-ресурсів</i>                                      | 49 |

## ВСТУП

Дисципліна «Кризове консультування» є спецкурсом за вибором для магістрів-психологів. Дана дисципліна об'єднує в собі інтегроване і поглиблене вивчення методології, теорії і практики, різних підходів у кризовій психології та консультуванні та продовжує формування консультативної компетентності студентів.

Методичні вказівки для підготовки магістрів до практичних занять з дисципліни націлені на організацію самостійної роботи студентів, що буде інтегрована до цілісної системи знань, уявлень і навичок студентів у галузі психологічного консультування. Завдання розроблені таким чином, щоб активізувати самостійне продуктивне мислення і сформувати ціннісну позицію щодо феноменів, які розглядаються на лекційних заняттях.

Методичні вказівки містять перелік тем занять, план та зміст кожного заняття, список літератури, а також вимоги та рекомендації до виконання індивідуальних творчих завдань. У додатках студенти зможуть знайти літературний текст для проведення моделювання кризової ситуації з роману Л. Толстого та методики для оцінки кризових та ресурсних переживань особистості.

## Практичне заняття 1

### АКТУАЛЬНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПИТАНЬ КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

До даного заняття студенти виконують завдання, перераховані нижче. На занятті кожен студент наочно представляє таблицю (на комп'ютері або на дошці) як результат своєї реферативно-аналітичної роботи, коментує її зміст, відповідає на питання. Інші студенти в усній формі формулюють припущення про наявність і характер зв'язку презентуємої теми зі своєю власною.

Завдання для самостійної роботи студентів:

1) виберіть одну з тем Кризової психології та консультування, яку ви будете вивчати поглиблено:

- Трансформація суїцидальної поведінки
- Допомога в переживанні фізичного і сексуального насильства
- Вплив катастроф і екстремальних ситуацій на особистість
- Допомога в переживанні втрати близької людини
- Психологічний супровід термінального захворювання
- Прояви і перебіг екзистенціальних криз особистості
- Професійні кризи та їх наслідки
- Особистісні аспекти патологізації кризових переживань

Можливий і самостійний вибір теми на розсуд студента і за погодженням з викладачем з області кризової психології та консультування, а також пропозиція теми самим студентом, зацікавленим в її більш глибокому вивченні. В останньому випадку, викладач залишає за собою право відхилити тему, якщо вона не відповідає завданням дисципліни.

2) Знайдіть 3 статті в наукових психологічних журналах 2005-2017 рр. на одну з перерахованих вище тем.

3) Напишіть анотації до кожної зі знайдених статей за таким планом:

Автор, назва статті, вихідні дані публікації....

Предметом обговорення автора є .....

У статті наголошується теоретична (практична) важливість .....

Крім того, відзначається недостатність .....

Автора статті пропонує .....

Даний підхід дозволяє .....

4) Складіть порівняльну таблицю актуальних питань кризового консультування обраної теми за схемою. Кожен з критеріїв потрібно розкрити якісно, відповівши на питання «Який»:

| Автор і назва статті | Основний предмет дослідження | Важливість предмета дослідження | Відмічені пропуски у вивченні предмета | Нова ідея автора | Досягнення автора |
|----------------------|------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------|------------------|-------------------|
| ...                  |                              |                                 |                                        |                  |                   |
| ...                  |                              |                                 |                                        |                  |                   |
| ...                  |                              |                                 |                                        |                  |                   |

Орієнтовний перелік журналів, в яких можна знайти дану тематику:

«Вестник Московского университета Серия 14. Психология»  
<http://www.psy.msu.ru/science/vestnik/archive.html>

«Журнал практической психологии и психоанализа»  
<http://psyjournal.ru/psyjournal/articles/section.php?ID=250>

«Психологическая наука и образование» <http://psyjournals.ru/psyedu/>

«Социальная психология и общество» [http://psyjournals.ru/social\\_psy/](http://psyjournals.ru/social_psy/)

«Современная зарубежная психология» <http://psyjournals.ru/jmfp/>

«Консультативная психология и психотерапия»  
<http://psyjournals.ru/mpj/>

«Психологические исследования» <http://www.psystudy.com/>

«Медицинская психология в России» <http://mprj.ru/index.php>

«Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В. М. Бехтерева» <http://psychiatr.ru/magazine/obozr>

## Практичне заняття 2

### ТЕХНІКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ КРИЗОВОЇ ОСОБИСТОСТІ

До даного заняття студенти виконують завдання, перераховані нижче. На занятті студенти представляють результати домашньої роботи: описи знайдених методів і технік. Для більш глибокого аналізу матеріалу та розуміння можливостей і обмежень методик консультування студентам пропонується на занятті скласти каталог технік психологічної допомоги, які можна застосувати для різних випадків надання психологічної допомоги (перерахованих в

завданні 1). Цей каталог складається в ході спільного обговорення тем, обраних студентами на попередньому занятті.

Завдання для самостійної роботи студентів:

1) Виберіть один із напрямів психологічного консультування, з яким ви познайомитеся ґрунтовніше:

Психоаналіз

Юнгіанська психологія

Адлеріанська психологія

Гештальт-психотерапія

Психодрама

Роджеріанська психотерапія

Поведінковий підхід

Когнітивна психотерапія

Можливий самостійний вибір напрямку на розсуд студента і за погодженням з викладачем з області психологічного консультування, а також пропозиція будь-якого напрямку самим студентом, зацікавленим в його більш глибокому вивченні. В останньому випадку, викладач залишає за собою право відхилити пропозицію студента, якщо вона не відповідає завданням дисципліни.

2) В рамках обраного напрямку підберіть і вивчіть літературу для пошуку методів і технік роботи з кризовою особистістю. Повинно бути знайдено не менше 3 і не більше 5 методів і технік (прийомів) роботи з клієнтами, які переживають кризу. Кожен з методів і технік описується за планом: мета, умови, процедура, результат.

Рекомендована література

Козлов В. В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие.— М. : Изд-во Института Психотерапии, 2003 — С. 183-245.

Бурмистрова Е. В. Психологическая помощь в кризисных ситуациях.— М. : МГППУ, 2006.

Ромек В. Г., Конторович В. А., Крукович Е. И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях — СПб. : Речь, 2004. — 256 с.

### Практичне заняття 3 МОДЕЛЮВАННЯ КРИЗОВОЇ ІНТЕРВЕНЦІЇ

До даного заняття студенти читають уривки з роману «Війна і мир» Л. Толстого, що описують кризові переживання і кризову інтервенцію головних героїв роману. На цьому матеріалі вони

виконують завдання, перераховані нижче (матеріал для аналізу було взято з літературних ілюстрацій до курсу лекцій Л. Пергаменщика).

На занятті студенти представляють свій аналіз життєвої ситуації героя, а також прийоми і етапи кризової інтервенції, яка йому допомогла пережити кризу: полон і загрозу смерті. У спільній дискусії студенти намагаються емпатично пережити описану ситуацію, конгруентно відчувати переживання героя і позицію «психотерапевта».

Завдання для самостійної роботи студентів:

1) Прочитайте уривки з роману Л. Толстого (Додаток 1), що описують полон П'єра Безухова.

2) Проведіть аналіз опису життєвих подій П. Безухова наступним чином:

- виділіть травмуючі події,

- опишіть симптоми кризового переживання.

3) Назвіть вид кризи, що переживається героєм.

4) Визначте форму отриманої «психотерапії» від Платона Каратаєва:

- проаналізуйте бесіду Безухова з Каратаєвима і встановіть наступні етапи допомоги:

- відреагування (позначення, зняття унікальності, дотик, завершення).

5) Пошук ресурсів (де, які?).

6) Реконструкція особистості (завдяки чому?):

- сформулюйте, в чому полягає психотерапевтичність Платона Каратаєва (поведінка, мова, прийоми, ін.).

7) Встановіть і опишіть три етапи перетворення особистості Безухова в результаті переживання кризи (перші тижні, місяць, шість місяців).

#### Практичне заняття 4

#### САМООЦІНЮВАННЯ СТУДЕНТАМИ ПЕРЕЖИВАННЯ ВЛАСНИХ КРИЗОВНИХ СИТУАЦІЙ ТА РЕСУРСІВ ЇХ ПОДОЛАННЯ

На занятті студенти знайомляться з методиками, що дозволяють оцінити переживання кризових ситуацій: домінуючий і актуальний психічний стан, «Лінія життя», готовність до переживання стресу та ін. (Додаток 2). Також знайомляться з

методиками оцінки ресурсів протистояння кризовим переживанням: життєстійкість, базисні переконання, часова перспектива і ін. (Додаток 3). На основі самостійного заповнення опитувальників студенти складають власний висновок про уразливість в критичних ситуаціях та аналізують доцільність їх використання для кризової особистості.

### Практичні заняття 5-6

#### ПЛАНУВАННЯ ПРОГРАМИ ПРОВЕДЕННЯ ДЕБРИФІНГУ

До даного заняття студенти знайомляться з описом підготовки та проведення дебрифінгу, етапами, умовами, вимогами до ведучого. На основі лекційного матеріалу і опрацьованого самостійно, студенти складають програму проведення дебрифінгу для свідків трагічної смерті іншої людини.

На занятті студенти беруть участь в перегляді документального фільму про суїцидентів, після якого беруть участь в дебрифінгу. Для проведення дебрифінгу один з студентів готується бути ведучим і проводить цю процедуру.

Після цього проводиться обговорення відмінностей між реальним дебрифінгом і спланованим студентами.

#### Рекомендована література

Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – С. 44-57.

Байер О. О. Життєві кризи особистості: навчальний посібник.– Дніпропетрівськ : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. – С. 17-20.

### Практичні заняття 7-8

#### ПРЕЗЕНТАЦІЯ ТА ЗАХИСТ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ

До даної теми студенти готують два індивідуальних завдання: брошуру і анотування сайтів. Ці завдання виконуються за темами, які були обрані студентами на першому занятті. Викладач оцінює ступінь виконання вимог і якість проведеної роботи. У Додатку 4 дається опис вимог щодо складання та оформлення брошури. У Додатку 5 наводиться план-схема анотування сайтів, а також форма звіту. Дані завдання виконуються в друкованій та електронній формі.

## СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

### Основна

Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический ж., 1994, – Т. 15, № 1. – С. 3-18.

Байер О. О. Життєві кризи особистості : навчальний посібник / О. О. Байер. – Д. : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. – 244 с.

Василюк. Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. – 200 с.

Вебер В. Важные шаги к помогающему диалогу. Программа тренинга, основанная на практическом опыте/ Перевод с англ. С. М. Адамовой. Под общей ред. В. Е. Кагана и Е. С. Креславского. – СПб. : РАТЭПП, 1998. – 41 с.

Глэддинг С. Психологическое консультирование. – СПб. : Питер, 2002. – 736 с.

Гнездилов А. В. Психология и психотерапия потерь. Пособие по паллиативной медицине для врачей, психологов и всех интересующихся проблемой. — СПб. : Издательство «Речь», 2002. – 162 с.

Гусакова М. П. Анализ спонтанной непродуктивной трансформации смысловой сферы личности в суицидальном кризисе // Вісник Одеського національного університету. – Одеса, 2011. – Т. 16, Вип. 17. – С. 44-57.

Гусакова М. П. Смысловая структура жизненного пути личности // Наука і освіта. – Одеса, 2006.– № 1-2. – С. 17-19.

Гусакова М. П. Смысловой потенциал переживания кризисных жизненных ситуаций // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка. Т. XV, ч. 1. – К., 2008.

Крукович Е. И., Ромек В. Г. Кризисное вмешательство: Учебно-методическое пособие. – Мн. : БГУ, 2003 – 92 с.

Мастерство психологического консультирования. / Под ред. А. А. Бадхена, А. М. Родиной. – СПб. : Речь, 2007. – 240 с.

Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. (Справочник практического психолога) – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.

Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. – М. : Смысл, 2005 – 182 с.

Моховиков А. Телефонное консультирование. – М., 2000.

Ромек, В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях: учебное пособие / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. – СПб. : Речь, 2004. – 256 с.

Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування. – К. : Главник, 2004. – 96 с.

Додаткова

Бурлачук Л. Ф., Коржова Е. Ю. Психология жизненных ситуаций. – М. : Российское педагогическое агенство, 1998.

Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: Психология горевания / Пер. с англ. – М.: «Когито-Центр», 2007. – 160 с.

Зиновьева Н. О., Михайлова Н. А. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. СПб. : Речь. – 2003.

Зотов М. В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. – СПб. : Речь, 2006. – 144 с.

Козлов В. В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. / Козлов В. В. – М. : Ин-т психотерапии, 2003. – 302 с.

Конфликт и травма. Выпуск 1. Актуальные вопросы оказания помощи при травматических и посттравматических стрессовых расстройствах / Под общей ред. И. Г. Ильиной, М. Я. Соловейчик. – СПб., 2002.

Осипова, А. А.Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях: справочное издание/ А. А. Осипова. – Ростов н/Д : "Феникс", 2005. – 315 с.

Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – 2-е изд., испр. – М. : Изд. Центр «Академия», 2007. – 288 с.

Пергаменщик Л. А., Пузыревич Н. Л. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учебно-методическое пособие.– Минск : Изд-во Гревцова, 2013. – 384 с.

Соловьева С. Л. Психология экстремальных ситуаций. – СПб. : ЭЛБИ, 2003.

Шнейдман Э. Душа самоубийцы. М., 2002.

Яковлев М. Г. Синдром выгорания психотерапевтов: симптомы и работа с ними. Режим доступа: [http://www.adventist.org.ru/psych/rs\\_sbn01.htm](http://www.adventist.org.ru/psych/rs_sbn01.htm). 2002.

## УРИВОК 3 РОМАНУ Л. ТОЛСТОГО

## Часть первая. X

8-го сентября в сарай к пленным вошел очень важный офицер, судя по почтительности, с которой с ним обращались караульные. Офицер этот, вероятно, штабный, с списком в руках, сделал переключку всем русским, назвав Пьера: *celui qui n'avoie pas son nom* [тот, который не говорит своего имени]. И, равнодушно и лениво оглядев всех пленных, он приказал караульному офицеру прилично одеть и прибрать их, прежде чем вести к маршалу. Через час прибыла рота солдат, и Пьера с другими тринадцатью повели на Девичье поле. День был ясный, солнечный после дождя, и воздух был необыкновенно чист. Дым не стлался низом, как в тот день, когда Пьера вывели из гауптвахты Зубовского вала; дым поднимался столбами в чистом воздухе. Огня пожаров нигде не было видно, но со всех сторон поднимались столбы дыма, и вся Москва, все, что только мог видеть Пьер, было одно пожарище. Со всех сторон виднелись пустыри с печами и трубами и изредка обгорелые стены каменных домов. Пьер приглядывался к пожарищам и не узнавал знакомых кварталов города. Кое-где виднелись уцелевшие церкви. Кремль, неразрушенный, белел издалика с своими башнями и Иваном Великим. Вблизи весело блестел купол Ново-Девичьего монастыря, и особенно звонко слышался оттуда благовест. Благовест этот напомнил Пьеру, что было воскресенье и праздник рождества богородицы. Но казалось, некому было праздновать этот праздник: везде было разоренье пожарища, и из русского народа встречались только изредка оборванные, испуганные люди, которые прятались при виде французов.

Очевидно, русское гнездо было разорено и уничтожено; но за уничтожением этого русского порядка жизни Пьер бессознательно чувствовал, что над этим разоренным гнездом установился свой, совсем другой, но твердый французский порядок. Он чувствовал это по виду тех, бодро и весело, правильными рядами шедших солдат, которые конвоировали его с другими преступниками; он чувствовал это по виду какого-то важного французского чиновника в парной коляске, управляемой солдатом, проехавшего ему навстречу. Он это чувствовал по веселым звукам полковой музыки, доносившимся с левой стороны поля, и в особенности он чувствовал и понимал это по тому списку, который, переключая пленных, прочел нынче утром приезжавший французский офицер. Пьер был взят одними солдатами, отведен в одно, в другое место с десятками других людей; казалось, они могли бы забыть про него, смешать его с другими. Но нет: ответы его, данные на допросе, вернулись к нему в форме наименования его: *celui qui n'avoie pas son nom*. И под этим названием, которое страшно было Пьеру, его теперь вели куда-то, с несомненной уверенностью, написанною на их лицах, что все остальные пленные и он были те самые, которых нужно, и что их ведут туда, куда нужно. Пьер чувствовал себя ничтожной щепкой, попавшей в колеса неизвестной ему, но правильно действующей машины.

Пьера с другими преступниками привели на правую сторону Девичьего поля, недалеко от монастыря, к большому белому дому с огромным садом. Это был дом князя Щербатова, в котором Пьер часто прежде бывал у хозяина и в котором теперь, как он узнал из разговора солдат, стоял маршал, герцог Экмюльский.

Их подвели к крыльцу и по одному стали вводить в дом. Пьера ввели шестым. Через стеклянную галерею, сени, переднюю, знакомые Пьеру, его ввели в длинный низкий кабинет, у дверей которого стоял адъютант.

Даву сидел на конце комнаты над столом, с очками на носу. Пьер близко подошел к нему. Даву, не поднимая глаз, видимо справлялся с какой-то бумагой, лежавшей перед ним. Не поднимая же глаз, он тихо спросил:

– Qui etes vous? [Кто вы такой?] Пьер молчал оттого, что не в силах был выговорить слова. Даву для Пьера не был просто французский генерал; для Пьера Даву был известный своей жестокостью человек. Глядя на холодное лицо Даву, который, как строгий учитель, соглашался до времени иметь терпение и ждать ответа, Пьер чувствовал, что всякая секунда промедления могла стоить ему жизни; но он не знал, что сказать. Сказать то же, что он говорил на первом допросе, он не решался; открыть свое звание и положение было и опасно и стыдно. Пьер молчал. Но прежде чем Пьер успел на что-нибудь решиться, Даву приподнял голову, приподнял очки на лоб, прищурил глаза и пристально посмотрел на Пьера.

– Я знаю этого человека, – мерным, холодным голосом, очевидно рассчитанным для того, чтобы испугать Пьера, сказал он. Холод, пробежавший прежде по спине Пьера, охватил его голову, как тисками.

– Mon general, vous ne pouvez pas me connaitre, je ne vous ai jamais vu... [Вы не могли меня знать, генерал, я никогда не видал вас.]

– C'est un espion russe, [Это русский шпион,] – перебил его Даву, обращаясь к другому генералу, бывшему в комнате и которого не заметил Пьер. И Даву отвернулся. С неожиданным раскатом в голосе Пьер вдруг быстро заговорил.

– Non, Monseigneur, – сказал он, неожиданно вспомнив, что Даву был герцог. – Non, Monseigneur, vous n'avez pas pu me connaitre. Je suis un officier militionnaire et je n'ai pas quitte Moscou. [Нет, ваше высочество... Нет, ваше высочество, вы не могли меня знать. Я офицер милиции, и я не выезжал из Москвы.]

– Votre nom? [Ваше имя?] – повторил Даву. – Besouhof. [Безухов.] – Qu'est-ce qui me prouvera que vous ne mentez pas? [Кто мне докажет, что вы не лжете?] – Monseigneur! [Ваше высочество!] – вскрикнул Пьер не обиженным, но умоляющим голосом. Даву поднял глаза и пристально посмотрел на Пьера. Несколько секунд они смотрели друг на друга, и этот взгляд спас Пьера. В этом взгляде, помимо всех условий войны и суда, между этими двумя людьми установились человеческие отношения. Оба они в эту одну минуту смутно перечувствовали бесчисленное количество вещей и поняли, что они оба дети человечества, что они братья.

В первом взгляде для Даву, приподнявшего только голову от своего списка, где людские дела и жизнь назывались номерами, Пьер был только обстоятельство; и, не взяв на совесть дурного поступка, Даву застрелил бы его; но теперь уже он видел в нем человека. Он задумался на мгновение.

– Comment me prouverez vous la verite de ce que vous me dites? [Чем вы докажете мне справедливость ваших слов?] – сказал Даву холодно.

Пьер вспомнил Рамбаля и назвал его полк, и фамилию, и улицу, на которой был дом. – Vous n'etes pas ce que vous dites, [Вы не то, что вы говорите.] – опять сказал Даву. Пьер дрожащим, прерывающимся голосом стал приводить доказательства справедливости своего показания. Но в это время вошел адъютант и что-то доложил Даву. Даву вдруг просиял при известии, сообщенном адъютантом, и стал застегиваться. Он, видимо, совсем забыл о Пьере. Когда адъютант напомнил ему о пленном, он, нахмурившись, кивнул в сторону Пьера и сказал, чтобы его вели. Но куда должны были его вести – Пьер не знал: назад в балаган или на приготовленное место казни, которое, проходя по Девичьему полю, ему показывали товарищи.

Он обернул голову и видел, что адъютант переспрашивал что-то. – Oui, sans doute! [Да, разумеется!] – сказал Даву, но что «да», Пьер не знал. Пьер не помнил, как, долго ли он шел и куда. Он, в состоянии совершенного бессмыслия и оупления, ничего не видя вокруг себя, передвигал ногами вместе с другими до тех пор, пока все остановились, и он остановился. Одна мысль за все это время была в голове Пьера. Это была мысль о том: кто, кто же, наконец, приговорил его к казни. Это были не те люди, которые допрашивали его в комиссии: из них ни один не хотел и, очевидно, не

мог этого сделать. Это был не Даву, который так человечески посмотрел на него. Еще бы одна минута, и Даву понял бы, что они делают дурно, но этой минуте помешал адъютант, который вошел. И адъютант этот, очевидно, не хотел ничего худого, но он мог бы не войти. Кто же это, наконец, казнил, убивал, лишал жизни его – Пьера со всеми его воспоминаниями, стремлениями, надеждами, мыслями? Кто делал это? И Пьер чувствовал, что это был никто.

Это был порядок, склад обстоятельств. Порядок какой-то убивал его – Пьера, лишал его жизни, всего, уничтожал его.

#### Часть первая. XI

От дома князя Щербатова пленных повели прямо вниз по Девичьему полю, левее Девичьего монастыря и подвели к огороду, на котором стоял столб. За столбом была вырыта большая яма с свежевыкопанной землей, и около ямы и столба полукругом стояла большая толпа народа. Толпа состояла из малого числа русских и большого числа наполеоновских войск вне строя: немцев, итальянцев и французов в разнородных мундирах. Справа и слева столба стояли фронты французских войск в синих мундирах с красными эполетами, в штиблетах и киверах.

Преступников расставили по известному порядку, который был в списке (Пьер стоял шестым), и подвели к столбу. Несколько барабанов вдруг ударили с двух сторон, и Пьер почувствовал, что с этим звуком как будто оторвалась часть его души. Он потерял способность думать и соображать. Он только мог видеть и слышать. И только одно желание было у него – желание, чтобы поскорее сделалось что-то страшное, что должно было быть сделано. Пьер оглядывался на своих товарищей и рассматривал их.

Два человека с края были бритые острожные. Один высокий, худой; другой черный, мохнатый, мускулистый, с приплюснутым носом. Третий был дворовый, лет сорока пяти, с седеющими волосами и полным, хорошо откормленным телом. Четвертый был мужик, очень красивый, с окладистой русой бородой и черными глазами. Пятый был фабричный, желтый, худой малый, лет восемнадцати, в халате.

Пьер слышал, что французы совещались, как стрелять – по одному или по два? «По два», – холодно-спокойно отвечал старший офицер. Сделалось передвижение в рядах солдат, и заметно было, что все торопились, – и торопились не так, как торопятся, чтобы сделать понятное для всех дело, но так, как торопятся, чтобы окончить необходимое, но неприятное и непостижимое дело.

Чиновник-француз в шарфе подошел к правой стороне шеренги преступников в прочел по-русски и по-французски приговор.

Потом две пары французов подошли к преступникам и взяли, по указанию офицера, двух острожных, стоявших с края. Острожные, подойдя к столбу, остановились и, пока принесли мешки, молча смотрели вокруг себя, как смотрит подбитый зверь на подходящего охотника. Один все крестился, другой чесал спину и делал губами движение, подобное улыбке. Солдаты, торопясь руками, стали завязывать им глаза, надевать мешки и привязывать к столбу.

Двенадцать человек стрелков с ружьями мерным, твердым шагом вышли из-за рядов и остановились в восьми шагах от столба. Пьер отвернулся, чтобы не видеть того, что будет. Вдруг послышался треск и грохот, показавшиеся Пьеру громче самых страшных ударов грома, и он оглянулся. Был дым, и французы с бледными лицами и дрожащими руками что-то делали у ямы. Повели других двух. Так же, такими же глазами и эти двое смотрели на всех, тщетно, одними глазами, молча, прося защиты и, видимо, не понимая и не веря тому, что будет. Они не могли верить, потому что они одни знали, что такое была для них их жизнь, и потому не понимали и не верили, чтобы можно было отнять ее.

Пьер хотел не смотреть и опять отвернулся; но опять как будто ужасный взрыв порастил его слух, и вместе с этими звуками он увидел дым, чью-то кровь и бледные испуганные лица французов, опять что-то делавших у столба, дрожащими руками толкая друг друга. Пьер, тяжело дыша, оглядывался вокруг себя, как будто спрашивая: что это такое? Тот же вопрос был и во всех взглядах, которые встречались со взглядом Пьера.

На всех лицах русских, на лицах французских солдат, офицеров, всех без исключения, он читал такой же испуг, ужас и борьбу, какие были в его сердце. «Да кто же это делает наконец?

Они все страдают так же, как и я. Кто же? Кто же?» – на секунду блеснуло в душе Пьера. – *Tirailleurs du 86-me, en avant!* [Стрелки 86-го, вперед!] – прокричал кто-то. Повели пятого, стоявшего рядом с Пьером, – одного. Пьер не понял того, что он спасен, что он и все остальные были приведены сюда только для присутствия при казни. Он со все возрастающим ужасом, не ощущая ни радости, ни успокоения, смотрел на то, что делалось. Пятый был фабричный в халате. Только что до него дотронулись, как он в ужасе отпрыгнул и схватился за Пьера (Пьер вздрогнул и оторвался от него). Фабричный не мог идти. Его тащили под мышки, и он что-то кричал. Когда его подвели к столбу, он вдруг замолк. Он как будто вдруг что-то понял. То ли он понял, что напрасно кричать, или то, что невозможно, чтобы его убили люди, но он стал у столба, ожидая повязки вместе с другими и, как подстреленный зверь, оглядываясь вокруг себя блестящими глазами.

Пьер уже не мог взять на себя отвернуться и закрыть глаза. Любопытство и волнение его и всей толпы при этом пятом убийстве дошло до высшей степени. Так же как и другие, этот пятый казался спокоен: он запахивал халат и почесывал одной босой ногой о другую.

Когда ему стали завязывать глаза, он поправил сам узел на затылке, который резал ему; потом, когда прислонили его к окровавленному столбу, он завалился назад, и, так как ему в этом положении было неловко, он поправился и, ровно поставив ноги, покойно прислонился. Пьер не сводил с него глаз, не упуская ни малейшего движения.

Должно быть, слышалась команда, должно быть, после команды раздалась выстрелы восьми ружей. Но Пьер, сколько он ни старался вспомнить потом, не слышал ни малейшего звука от выстрелов. Он видел только, как почему-то вдруг опустился на веревках фабричный, как показалась кровь в двух местах и как самые веревки, от тяжести повисшего тела, распустились и фабричный, неестественно опустив голову и подвернув ногу, сел. Пьер подбежал к столбу. Никто не удерживал его. Вокруг фабричного что-то делали испуганные, бледные люди. У одного старого усатого француза тряслась нижняя челюсть, когда он отвязывал веревки. Тело спустилось. Солдаты неловко и торопливо потащили его за столб и стали сталкивать в яму.

Все, очевидно, несомненно знали, что они были преступники, которым надо было скорее скрыть следы своего преступления.

Пьер заглянул в яму и увидел, что фабричный лежал там коленями кверху, близко к голове, одно плечо выше другого. И это плечо судорожно, равномерно опускалось и поднималось. Но уже лопатины земли сыпались на все тело. Один из солдат сердито, злобно и болезненно крикнул на Пьера, чтобы он вернулся. Но Пьер не понял его и стоял у столба, и никто не отгонял его.

Когда уже яма была вся засыпана, слышалась команда. Пьера отвели на его место, и французские войска, стоявшие фронтами по обеим сторонам столба, сделали полуоборот и стали проходить мерным шагом мимо столба. Двадцать четыре человека стрелков с разряженными ружьями, стоявшие в середине круга, примыкали бегом к своим местам, в то время как роты проходили мимо них.

Пьер смотрел теперь бессмысленными глазами на этих стрелков, которые попарно выбегали из круга. Все, кроме одного, присоединились к ротам. Молодой солдат с мертво-бледным лицом, в кивере, свалившемся назад, спустив ружье, все еще стоял против ямы на том месте, с которого он стрелял. Он, как пьяный, шатался, делая то вперед, то назад несколько шагов, чтобы поддержать свое падающее тело. Старый солдат, унтер-офицер, выбежал из рядов и, схватив за плечо молодого солдата, втащил его в роту. Толпа русских и французов стала расходиться. Все шло молча, с опущенными головами.

– *Ca leur apprendra a incendier*, [Это их научит поджигать.] – сказал кто-то из французов. Пьер оглянулся на говорившего и увидал, что это был солдат, который хотел утешиться чем-нибудь в том, что было сделано, но не мог. Не договорив начатого, он махнул рукою и пошел прочь.

## Часть первая. XII

После казни Пьера отделили от других подсудимых и оставили одного в небольшой, разоренной и загаженной церкви.

Перед вечером караульный унтер-офицер с двумя солдатами вошел в церковь и объявил Пьеру, что он прощен и поступает теперь в бараки военнопленных. Не понимая того, что ему говорили, Пьер встал и пошел с солдатами. Его привели к построенным вверху поля из обгорелых досок, бревен и тесу балаганам и ввели в один из них. В темноте человек двадцать различных людей окружили Пьера. Пьер смотрел на них, не понимая, кто такие эти люди, зачем они и чего хотят от него. Он слышал слова, которые ему говорили, но не делал из них никакого вывода и приложения: не понимал их значения. Он сам отвечал на то, что у него спрашивали, но не соображал того, кто слушает его и как поймут его ответы. Он смотрел на лица и фигуры, и все они казались ему одинаково бессмысленны.

С той минуты, как Пьер увидал это страшное убийство, совершенное людьми, не хотевшими этого делать, в душе его как будто вдруг выдернута была та пружина, на которой все держалось и представлялось живым, и все завалилось в кучу бессмысленного сора. В нем, хотя он и не отдавал себе отчета, уничтожилась вера и в благоустройство мира, и в человеческую, и в свою душу, и в бога. Это состояние было испытываемо Пьером прежде, но никогда с такою силой, как теперь. Прежде, когда на Пьера находили такого рода сомнения, – сомнения эти имели источником собственную вину. И в самой глубине души Пьер тогда чувствовал, что от того отчаяния и тех сомнений было спасение в самом себе. Но теперь он чувствовал, что не его вина была причиной того, что мир завалился в его глазах и остались одни бессмысленные развалины. Он чувствовал, что возвратиться к вере в жизнь – не в его власти.

Вокруг него в темноте стояли люди: верно, что-то их очень занимало в нем. Ему рассказывали что-то, расспрашивали о чем-то, потом повели куда-то, и он, наконец, очутился в углу балагана рядом с какими-то людьми, переговаривавшимися с разных сторон, смеявшимися.

– И вот, братцы мои... тот самый принц, который (с особенным ударением на слове который)... – говорил чей-то голос в противоположном углу балагана.

Молча и неподвижно сидя у стены на соломе, Пьер то открывал, то закрывал глаза. Но только что он закрывал глаза, он видел пред собой то же страшное, в особенности страшное своей простотой, лицо фабричного и еще более страшные своим беспокойством лица невольных убийц. И он опять открывал глаза и бессмысленно смотрел в темноте вокруг себя.

Рядом с ним сидел, согнувшись, какой-то маленький человек, присутствие которого Пьер заметил сначала по крепкому запаху пота, который отделялся от него при всяком его движении. Человек этот что-то делал в темноте с своими ногами, и,

несмотря на то, что Пьер не видал его лица, он чувствовал, что человек этот беспрестанно взглядывал на него. Присмотревшись в темноте, Пьер понял, что человек этот разувался. И то, каким образом он это делал, заинтересовало Пьера.

Размотав бечевки, которыми была завязана одна нога, он аккуратно свернул бечевки и тотчас принялся за другую ногу, взглядывая на Пьера. Пока одна рука вешала бечевку, другая уже принималась разматывать другую ногу. Таким образом аккуратно, круглыми, спорыми, без замедления следовавшими одно за другим движениями, разувшись, человек развесил свою обувь на колышки, вбитые у него над головами, достал ножик, обрезал что-то, сложил ножик, положил под изголовье и, получше усевшись, обнял свои поднятые колени обеими руками и прямо уставился на Пьера. Пьеру чувствовалось что-то приятное, успокоительное и круглое в этих спорых движениях, в этом благоустроенном в углу его хозяйстве, в запахе даже этого человека, и он, не спуская глаз, смотрел на него. – А много вы нужды увидали, барин? А? – сказал вдруг маленький человек. И такое выражение ласки и простоты было в певучем голосе человека, что Пьер хотел отвечать, но у него задрожала челюсть, и он почувствовал слезы. Маленький человек в ту же секунду, не давая Пьеру времени выказать свое смущение, заговорил тем же приятным голосом.

– Э, соколик, не тужи, – сказал он с той нежно-певучей лаской, с которой говорят старые русские бабы. – Не тужи, дружок: час терпеть, а век жить! Вот так-то, милый мой. А живем тут, слава богу, обиды нет. Тоже люди и худые и добрые есть, – сказал он и, еще говоря, гибким движением перегнулся на колени, встал и, прокашливаясь, пошел куда-то.

– Ишь, шельма, пришла! – услышал Пьер в конце балагана тот же ласковый голос. – Пришла шельма, помнит! Ну, ну, буде. – И солдат, отталкивая от себя собачонку, прыгавшую к нему, вернулся к своему месту и сел. В руках у него было что-то завернуто в тряпке.

– Вот, покушайте, барин, – сказал он, опять возвращаясь к прежнему почтительному тону и развертывая и подавая Пьеру несколько печеных картошек. – В обеде похлебка была. А картошки важнеющие!

Пьер не ел целый день, и запах картофеля показался ему необыкновенно приятным. Он поблагодарил солдата и стал есть.

– Что ж, так-то? – улыбаясь, сказал солдат и взял одну из картошек. – А ты вот как. – Он достал опять складной ножик, разрезал на своей ладони картошку на равные две половины, посыпал соли из тряпки и поднес Пьеру.

– Картошки важнеющие, – повторил он. – Ты покушай вот так-то. Пьеру казалось, что он никогда не ел кушанья вкуснее этого. – Нет, мне все ничего, – сказал Пьер, – но за что они расстреляли этих несчастных!..

Последний лет двадцати. – Тц, тц... – сказал маленький человек. – Греха-то, греха-то... – быстро прибавил он, и, как-будто слова его всегда были готовы во рту его и нечаянно вылетали из него, он продолжал: – Что ж это, барин, вы так в Москве-то остались?

– Я не думал, что они так скоро придут. Я нечаянно остался, – сказал Пьер. – Да как же они взяли тебя, соколик, из дома твоего? – Нет, я пошел на пожар, и тут они схватили меня, судили за поджигателя. – Где суд, там и неправда, – вставил маленький человек.

– А ты давно здесь? – спросил Пьер, дожевывая последнюю картошку. – Я-то? В то воскресенье меня взяли из гошпиталя в Москве. – Ты кто же, солдат? – Солдаты Апшеронского полка. От лихорадки умирал. Нам и не сказали ничего. Наших человек двадцать лежало. И не думали, не гадали. – Что ж, тебе скучно здесь? – спросил Пьер. – Как не скучно, соколик. Меня Платоном звать; Каратаевы прозвище, – прибавил он, видимо, с тем, чтобы облегчить Пьеру обращение к нему. – Соколиком на службе прозвали. Как не скучать, соколик! Москва, она городам

мать. Как не скучать на это смотреть. Да червь капусту гложет, а сам прежде того пропадает: так-то старички говаривали, – прибавил он быстро.

– Как, как это ты сказал? – спросил Пьер.

– Я-то? – спросил Каратаев. – Я говорю: не нашим умом, а божьим судом, – сказал он, думая, что повторяет сказанное. И тотчас же продолжал: – Как же у вас, барин, и вотчины есть? И дом есть? Стало быть, полная чаша! И хозяйка есть? А старики родители живы? – спрашивал он, и хотя Пьер не видел в темноте, но чувствовал, что у солдата морщились губы сдержанною улыбкой ласки в то время, как он спрашивал это. Он, видимо, был огорчен тем, что у Пьера не было родителей, в особенности матери. – Жена для совета, теща для привета, а нет милей родной матушки! – сказал он. – Ну, а детки есть? – продолжал он спрашивать. Отрицательный ответ Пьера опять, видимо, огорчил его, и он поспешил прибавить: – Что ж, люди молодые, еще даст бог, будут. Только бы в совете жить...

– Да теперь все равно, – невольно сказал Пьер.

– Эх, милый человек ты, – возразил Платон. – От суммы да от тюрьмы никогда не отказывайся. – Он уселся получше, прокашлялся, видимо приготавливаясь к длинному рассказу. – Так-то, друг мой любезный, жил я еще дома, – начал он. – Вотчина у нас богатая, земли много, хорошо живут мужики, и наш дом, слава тебе богу. Сам-сем батюшка косить выходил. Жили хорошо. Христьяне настоящие были. Случилось... – И Платон Каратаев рассказал длинную историю о том, как он поехал в чужую рощу за лесом и попался сторожу, как его секли, судили и отдали в солдаты. – Что ж соколик, – говорил он изменяющимся от улыбки голосом, – думали горе, а радость! Брату бы идти, кабы не мой грех. А у брата меньшого сам-пят ребят, – а у меня, гляди, одна солдатка осталась. Была девочка, да еще до солдатства бог прибрал. Пришел я на побывку, скажу я тебе. Гляжу – лучше прежнего живут. Животов полон двор, бабы дома, два брата на заработках. Один Михайло, меньшей, дома. Батюшка и говорит: «Мне, говорит, все детки равны: какой палец ни укуси, все больно. А кабы не Платона тогда забрили, Михайле бы идти». Позвал нас всех – веришь – поставил перед образа. Михайло, говорит, поди сюда, кланяйся ему в ноги, и ты, баба, кланяйся, и внучата кланяйтесь. Поняли? говорит. Так-то, друг мой любезный. Рок головы ищет. А мы всё судим: то не хорошо, то не ладно. Наше счастье, дружок, как вода в бредне: тянешь – надулось, а вытащишь – ничего нету. Так-то. – И Платон пересел на своей соломе.

Помолчав несколько времени, Платон встал. – Что ж, я чай, спать хочешь? – сказал он и быстро начал креститься, приговаривая: – Господи, Иисус Христос, Никола-угодник, Фрола и Лавра, господи Иисус Христос, Никола-угодник! Фрола и Лавра, господи Иисус Христос – помилуй и спаси нас! – заключил он, поклонился в землю, встал и, вздохнув, сел на свою солому. – Вот так-то. Положи, боже, камушком, подними калачиком, – проговорил он и лег, натягивая на себя шинель.

– Какую это ты молитву читал? – спросил Пьер.

– Ась? – проговорил Платон (он уже было заснул). – Читал что? Богу молился. А ты рази не молишься?

– Нет, и я молюсь, – сказал Пьер. – Но что ты говорил: Фрола и Лавра?

– А как же, – быстро отвечал Платон, – лошадиный праздник. И скота жалеть надо, – сказал Каратаев. – Вишь, шельма, свернулась. Угрелась, сукина дочь, – сказал он, ощупав собаку у своих ног, и, повернувшись опять, тотчас же заснул.

Наружу слышались где-то вдалеке плач и крики, и сквозь щели балагана виднелся огонь; но в балагане было тихо и темно. Пьер долго не спал и с открытыми глазами лежал в темноте на своем месте, прислушиваясь к мерному храпению Платона, лежавшего подле него, и чувствовал, что прежде разрушенный мир теперь с новой красотой, на каких-то новых и незыблемых основах, воздвигался в его душе.

### Часть первая. XIII

В балагане, в который поступил Пьер и в котором он пробыл четыре недели, было двадцать три человека пленных солдат, три офицера и два чиновника.

Все они потом как в тумане представлялись Пьеру, но Платон Каратаев остался навсегда в душе Пьера самым сильным и дорогим воспоминанием и олицетворением всего русского, доброго и круглого. Когда на другой день, на рассвете, Пьер увидел своего соседа, первое впечатление чего-то круглого подтвердилось вполне: вся фигура Платона в его подпоясанной веревкою французской шинели, в фуражке и лаптях, была круглая, голова была совершенно круглая, спина, грудь, плечи, даже руки, которые он носил, как бы всегда собираясь обнять что-то, были круглые; приятная улыбка и большие карие нежные глаза были круглые.

Платону Каратаеву должно было быть за пятьдесят лет, судя по его рассказам о походах, в которых он участвовал давнишним солдатом. Он сам не знал и никак не мог определить, сколько ему было лет; но зубы его, ярко-белые и крепкие, которые все выкатывались своими двумя полукругами, когда он смеялся (что он часто делал), были все хороши и целы; ни одного седого волоса не было в его бороде и волосах, и все тело его имело вид гибкости и в особенности твердости и сносливости.

Лицо его, несмотря на мелкие круглые морщинки, имело выражение невинности и юности; голос у него был приятный и певучий. Но главная особенность его речи состояла в непосредственности и спорости. Он, видимо, никогда не думал о том, что он сказал и что он скажет; и от этого в быстроте и верности его интонаций была особенная неотразимая убедительность.

Физические силы его и поворотливость были таковы первое время плена, что, казалось, он не понимал, что такое усталость и болезнь. Каждый день утром а вечером он, ложась, говорил: «Положи, господи, камушком, подними калачиком»; поутру, вставая, всегда одинаково пожимая плечами, говорил: «Лег – свернулся, встал – встряхнулся». И действительно, стоило ему лечь, чтобы тотчас же заснуть камнем, и стоило встряхнуться, чтобы тотчас же, без секунды промедления, взяться за какое-нибудь дело, как дети, вставши, берутся за игрушки. Он все умел делать, не очень хорошо, но и не дурно. Он пек, парил, шил, строгал, тачал сапоги. Он всегда был занят и только по ночам позволял себе разговоры, которые он любил, и песни. Он пел песни, не так, как поют песенники, знающие, что их слушают, но пел, как поют птицы, очевидно, потому, что звуки эти ему было так же необходимо издавать, как необходимо бывает потянуться или расходиться; и звуки эти всегда бывали тонкие, нежные, почти женские, заунывные, и лицо его при этом бывало очень серьезно.

Попад в плен и обросши бороною, он, видимо, отбросил от себя все напущенное на него, чуждое, солдатское и невольно возвратился к прежнему, крестьянскому, народному складу.

– Солдат в отпуску – рубаха из порток, – говаривал он. Он неохотно говорил про свое солдатское время, хотя не жаловался, и часто повторял, что он всю службу ни разу бит не был. Когда он рассказывал, то преимущественно рассказывал из своих старых и, видимо, дорогих ему воспоминаний «христианского», как он выговаривал, крестьянского быта. Поговорки, которые наполняли его речь, не были те, большей частью неприличные и бойкие поговорки, которые говорят солдаты, но это были те народные изречения, которые кажутся столь незначительными, взятые отдельно, и которые получают вдруг значение глубокой мудрости, когда они сказаны кстати.

Часто он говорил совершенно противоположное тому, что он говорил прежде, но и то и другое было справедливо. Он любил говорить и говорил хорошо, украшая свою речь ласкательными и пословицами, которые, Пьеру казалось, он сам

выдумывал; но главная прелесть его рассказов состояла в том, что в его речи события самые простые, иногда те самые, которые, не замечая их, видел Пьер, получали характер торжественного благообразия. Он любил слушать сказки, которые рассказывал по вечерам (всё одни и те же) один солдат, но больше всего он любил слушать рассказы о настоящей жизни. Он радостно улыбался, слушая такие рассказы, вставляя слова и делая вопросы, клонившиеся к тому, чтобы уяснить себе благообразие того, что ему рассказывали. Привязанностей, дружбы, любви, как понимал их Пьер, Каратаев не имел никаких; но он любил и любовно жил со всем, с чем его сводила жизнь, и в особенности с человеком – не с известным каким-нибудь человеком, а с теми людьми, которые были перед его глазами. Он любил свою шавку, любил товарищей, французов, любил Пьера, который был его соседом; но Пьер чувствовал, что Каратаев, несмотря на всю свою ласковую нежность к нему (которою он невольно отдавал должное духовной жизни Пьера), ни на минуту не огорчился бы разлукой с ним. И Пьер то же чувство начинал испытывать к Каратаеву.

Платон Каратаев был для всех остальных пленных самым обыкновенным солдатом; его звали соколик или Платоша, добродушно трунили над ним, посылали его за посылками. Но для Пьера, каким он представился в первую ночь, непостижимым, круглым и вечным олицетворением духа простоты и правды, таким он и остался навсегда.

Платон Каратаев ничего не знал наизусть, кроме своей молитвы. Когда он говорил свои речи, он, начиная их, казалось, не знал, чем он их кончит.

Когда Пьер, иногда пораженный смыслом его речи, просил повторить сказанное, Платон не мог вспомнить того, что он сказал минуту тому назад, – так же, как он никак не мог словами сказать Пьеру свою любимую песню. Там было: «родимая, березанька и тошненько мне», но на словах не выходило никакого смысла. Он не понимал и не мог понять значения слов, отдельно взятых из речи. Каждое слово его и каждое действие было проявлением неизвестной ему деятельности, которая была его жизнь. Но жизнь его, как он сам смотрел на нее, не имела смысла как отдельная жизнь. Она имела смысл только как частица целого, которое он постоянно чувствовал. Его слова и действия выливались из него так же равномерно, необходимо и непосредственно, как запах отделяется от цветка. Он не мог понять ни цены, ни значения отдельно взятого действия или слова.

### Часть вторая. XIII

В ночь с 6-го на 7-е октября началось движение выступавших французов: ломались кухни, балаганы, укладывались повозки и двигались войска и обозы.

В семь часов утра конвой французов, в походной форме, в киверах, с ружьями, ранцами и огромными мешками, стоял перед балаганами, и французский оживленный говор, пересышаемый ругательствами, перекатывался по всей линии.

В балагане все были готовы, одеты, подпоясаны, обуты и ждали только приказания выходить. Больной солдат Соколов, бледный, худой, с синими кругами вокруг глаз, один, не обутий и не одетый, сидел на своем месте и выкатившимися от худобы глазами вопросительно смотрел на не обращающих на него внимания товарищей и негромко и равномерно стонал. Видимо, не столько страдания – он был болен кровавым поносом, – сколько страх и горе оставаться одному заставляли его стонать.

Пьер, обутий в башмаки, сшитые для него Каратаевым из цибука, который принес француз для подшивки себе подошв, подпоясанный веревкою, подошел к больному и присел перед ним на корточки.

– Что ж, Соколов, они ведь не совсем уходят! У них тут гошпиталь. Может, тебе еще лучше нашего будет, – сказал Пьер.

– О господи! О смерть моя! О господи! – громче застонал солдат.

– Да я сейчас еще спрошу их, – сказал Пьер и, поднявшись, пошел к двери балагана. В то время как Пьер подходил к двери, снаружи подходил с двумя солдатами тот капрал, который вчера угощал Пьера трубкой. И капрал и солдаты были в походной форме, в ранцах и киверах с застегнутыми чешуями, изменявшими их знакомые лица.

Капрал шел к двери с тем, чтобы, по приказанию начальства, затворить ее. Перед выпуском надо было пересчитать пленных.

– *Saroral, que fera-t-on du malade?..* [Капрал, что с больным делать?..] – начал Пьер; но в ту минуту, как он говорил это, он усумнился, тот ли это знакомый его капрал или другой, неизвестный человек: так непохож был на себя капрал в эту минуту. Кроме того, в ту минуту, как Пьер говорил это, с двух сторон вдруг послышался треск барабанов. Капрал нахмурился на слова Пьера и, проговорив бессмысленное ругательство, захлопнул дверь. В балагане стало полутемно; с двух сторон резко трещали барабаны, заглушая стоны больного.

«Вот оно!.. Опять оно!» – сказал себе Пьер, и невольный холод пробежал по его спине. В измененном лице капрала, в звуке его голоса, в возбуждающем и заглушающем треске барабанов Пьер узнал ту таинственную, безучастную силу, которая заставляла людей против своей воли умерщвлять себе подобных, ту силу, действие которой он видел во время казни. Бояться, стараться избегать этой силы, обращаться с просьбами или увещаниями к людям, которые служили орудиями ее, было бесполезно. Это знал теперь Пьер. Надо было ждать и терпеть. Пьер не подошел больше к больному и не оглянулся на него. Он, молча, нахмурившись, стоял у двери балагана.

Когда двери балагана отворились и пленные, как стадо баранов, давя друг друга, затеснились в выходе, Пьер пробился вперед их и подошел к тому самому капитану, который, по уверению капрала, готов был все сделать для Пьера. Капитан тоже был в походной форме, и из холодного лица его смотрело тоже «оно», которое Пьер узнал в словах капрала и в треске барабанов.

– *Filez, filez, [Проходите, проходите.]* – приговаривал капитан, строго хмурясь и глядя на толпившихся мимо него пленных. Пьер знал, что его попытка будет напрасна, но подошел к нему. – *Eh bien, qu'est ce qu'il y a?* [Ну, что еще?] – холодно оглянувшись, как бы не узнав, сказал офицер. Пьер сказал про больного. – *Il pourra marcher, que diable!* – сказал капитан. – *Filez, filez, [Он пойдет, черт возьми! Проходите, проходите]* – продолжал он приговаривать, не глядя на Пьера.

– *Mais non, il est a l'agonie...* [Да нет же, он умирает...] – начал было Пьер. – *Voulez vous bien?!* [Пойди ты к...] – злобно нахмурившись, крикнул капитан. Драм да да дам, дам, дам, трещали барабаны. И Пьер понял, что таинственная сила уже вполне овладела этими людьми и что теперь говорить еще что-нибудь было бесполезно. Пленных офицеров отделили от солдат и велели им идти впереди. Офицеров, в числе которых был Пьер, было человек тридцать, солдат человек триста. Пленные офицеры, выпущенные из других балаганов, были все чужие, были гораздо лучше одеты, чем Пьер, и смотрели на него, в его обуви, с недоверчивостью и отчужденностью. Недалеко от Пьера шел, видимо, пользующийся общим уважением своих товарищей пленных, толстый майор в казанском халате, подпоясанный полотенцем, с пухлым, желтым, сердитым лицом. Он одну руку с кисетом держал за пазухой, другою опирался на чубук. Майор, пыхтя и отдуваясь, ворчал и сердился на всех за то, что ему казалось, что его толкают и что все торопятся, когда торопиться некуда, все чему-то удивляются, когда ни в чем ничего нет удивительного. Другой, маленький худой офицер, со всеми заговаривал, делая предположения о том, куда их ведут теперь и как далеко они успеют пройти нынешний день. Чиновник, в валеных сапогах и комиссариатской форме, забежал с

разных сторон и высматривал сгоревшую Москву, громко сообщая свои наблюдения о том, что сгорело и какая была та или эта видневшаяся часть Москвы. Третий офицер, польского происхождения по акценту, спорил с комиссариатским чиновником, доказывая ему, что он ошибался в определении кварталов Москвы.

– О чем спорите? – сердито говорил майор. – Никоны ли, Власа ли, все одно; видите, все сгорело, ну и конец... Что толкаетесь-то, разве дороги мало, – обратился он сердито к шедшему сзади и вовсе не толкавшему его.

– Ай, ай, ай, что наделали! – слышались, однако, то с той, то с другой стороны голоса пленных, оглядывающих пожарища. – И Замоскворечье-то, и Зубово, и в Кремле-то, смотрите, половины нет... Да я вам говорил, что все Замоскворечье, вон так и есть.

– Ну, знаете, что сгорело, ну о чем же толковать! – говорил майор.

Проходя через Хамовники (один из немногих несгоревших кварталов Москвы) мимо церкви, вся толпа пленных вдруг пожалась к одной стороне, и слышались восклицания ужаса и омерзения.

– Ишь мерзавцы! То-то нехристи! Да мертвый, мертвый и есть... Вымазали чем-то.

Пьер тоже подвинулся к церкви, у которой было то, что вызывало восклицания, и смутно увидал что-то, прислоненное к ограде церкви. Из слов товарищей, видевших лучше его, он узнал, что это что-то был труп человека, поставленный стоймя у ограды и вымазанный в лице сажей...

– *Marchez, sacre nom... Filez... trente mille diables...* [Иди! иди! Черти! Дьяволы!] – слышались ругательства конвойных, и французские солдаты с новым озлоблением разогнали тесаками толпу пленных, смотревшую на мертвого человека.

#### Часть вторая. XIV

По переулкам Хамовников пленные шли одни с своим конвоем и повозками и фурами, принадлежавшими конвойным и ехавшими сзади; но, выйдя к провиантским магазинам, они попали в середину огромного, тесно двигавшегося артиллерийского обоза, перемешанного с частными повозками.

У самого моста все остановились, дожидаясь того, чтобы продвинулись ехавшие впереди. С моста пленным открылись сзади и впереди бесконечные ряды других двигавшихся обозов. Направо, там, где загибалась Калужская дорога мимо Нескучного, пропадая вдаль, тянулись бесконечные ряды войск и обозов. Это были вышедшие прежде всех войска корпуса Богарне; назади, по набережной и через Каменный мост, тянулись войска и обозы Нея.

Войска Даву, к которым принадлежали пленные, шли через Крымский брод и уже отчасти вступали в Калужскую улицу. Но обозы так растянулись, что последние обозы Богарне еще не вышли из Москвы в Калужскую улицу, а голова войск Нея уже выходила из Большой Ордынки.

Пройдя Крымский брод, пленные двигались по несколько шагов и останавливались, и опять двигались, и со всех сторон экипажи и люди все больше и больше стеснялись. Пройдя более часа те несколько сот шагов, которые отделяют мост от Калужской улицы, и дойдя до площади, где сходятся Замоскворецкие улицы с Калужскою, пленные, сжатые в кучу, остановились и несколько часов простояли на этом перекрестке. Со всех сторон слышался неумолкаемый, как шум моря, грохот колес, и топот ног, и неумолкаемые сердитые крики и ругательства. Пьер стоял прижатый к стене обгорелого дома, слушая этот звук, сливавшийся в его воображении с звуками барабана.

Несколько пленных офицеров, чтобы лучше видеть, влезли на стену обгорелого дома, подле которого стоял Пьер.

– Народу-то! Эка народу!.. И на пушках-то навалили! Смотри: меха... – говорили они. – Вишь, стервецы, награбили... Вон у того-то сзади, на телеге... Ведь это – с иконы, ей-богу!.. Это немцы, должно быть. И наш мужик, ей-богу!.. Ах, подлецы!.. Вишь, навьючился-то, насилу идет! Вот-те на, дрожки – и те захватили!.. Вишь, уселся на сундуках-то. Батюшки!.. Подрались!..

– Так его по морде-то, по морде! Этак до вечера не дожدهшься. Гляди, глядите... а это, верно, самого Наполеона. Видишь, лошади-то какие! в вензелях с короной. Это дом складной. Уронил мешок, не видит. Опять подрались... Женщина с ребеночком, и недурна. Да, как же, так тебя и пропустят... Смотри, и конца нет. Девки русские, ей-богу, девки! В колясках ведь как покойно уселись!

Опять волна общего любопытства, как и около церкви в Хамовниках, надвинула всех пленных к дороге, и Пьер благодаря своему росту через головы других увидал то, что так привлекло любопытство пленных. В трех колясках, замешавшихся между зарядными ящиками, ехали, тесно сидя друг на друге, разряженные, в ярких цветах, нарумяненные, что-то кричащие пискливыми голосами женщины.

С той минуты как Пьер сознал появление таинственной силы, ничто не казалось ему странно или страшно: ни труп, вымазанный для забавы сажей, ни эти женщины, спешившие куда-то, ни пожарища Москвы. Все, что видел теперь Пьер, не производило на него почти никакого впечатления – как будто душа его, готовясь к трудной борьбе, отказывалась принимать впечатления, которые могли ослабить ее.

Поезд женщин проехал. За ним тянулись опять телеги, солдаты, фуры, солдаты, палубы, кареты, солдаты, ящики, солдаты, изредка женщины.

Пьер не видал людей отдельно, а видел движение их.

Все эти люди, лошади как будто гнались какой-то невидимою силою. Все они, в продолжение часа, во время которого их наблюдал Пьер, выплывали из разных улиц с одним и тем же желанием скорее пройти; все они одинаково, сталкиваясь с другими, начинали сердиться, драться; оскаливались белые зубы, хмурились брови, перебрасывались все одни и те же ругательства, и на всех лицах было одно и то же молодечески-решительное и жестоко-холодное выражение, которое поутру поразило Пьера при звуке барабана на лице капрала.

Уже перед вечером конвойный начальник собрал свою команду и с криком и спорами втеснился в обозы, и пленные, окруженные со всех сторон, вышли на Калужскую дорогу.

Шли очень скоро, не отдыхая, и остановились только, когда уже солнце стало садиться. Обозы надвинулись одни на других, и люди стали готовиться к ночлегу. Все казались сердиты и недовольны. Долго с разных сторон слышались ругательства, злобные крики и драки. Карета, ехавшая сзади конвойных, надвинулась на повозку конвойных и пробила ее дышлом. Несколько солдат с разных сторон сбегались к повозке; одни били по головам лошадей, запряженных в карете, сворачивая их, другие дрались между собой, и Пьер видел, что одного немца тяжело ранили тесаком в голову.

Казалось, все эти люди испытывали теперь, когда остановились посреди поля в холодных сумерках осеннего вечера, одно и то же чувство неприятного пробуждения от охватившей всех при выходе поспешности и стремительного куда-то движения. Остановившись, все как будто поняли, что неизвестно еще, куда идут, и что на этом движении много будет тяжелого и трудного.

С пленными на этом привале конвойные обращались еще хуже, чем при выступлении. На этом привале в первый раз мясная пища пленных была выдана кониною.

От офицеров до последнего солдата было заметно в каждом как будто личное озлобление против каждого из пленных, так неожиданно заменившее прежде дружелюбные отношения.

Озлобление это еще более усилилось, когда при пересчитывании пленных оказалось, что во время суеты, выходя из Москвы, один русский солдат, притворявшийся больным от живота, – бежал. Пьер видел, как француз избил русского солдата за то, что тот отошел далеко от дороги, и слышал, как капитан, его приятель, выговаривал унтер-офицеру за побег русского солдата и угрожал ему судом. На отговорку унтер-офицера о том, что солдат был болен и не мог идти, офицер сказал, что велено пристреливать тех, кто будет отставать. Пьер чувствовал, что та роковая сила, которая смяла его во время казни и которая была незаметна во время плена, теперь опять овладела его существованием. Ему было страшно; но он чувствовал, как по мере усилий, которые делала роковая сила, чтобы раздавить его, в душе его вырастала и крепла независимая от нее сила жизни.

Пьер поужинал похлебкою из ржаной муки с лошадиным мясом и поговорил с товарищами.

Ни Пьер и никто из товарищей его не говорили ни о том, что они видели в Москве, ни о грубости обращения французов, ни о том распоряжении пристреливать, которое было объявлено им: все были, как бы в отпор ухудшающемуся положению, особенно оживлены и веселы. Говорили о личных воспоминаниях, о смешных сценах, виденных во время похода, и заминали разговоры о настоящем положении.

Солнце давно село. Яркие звезды зажглись кое-где по небу; красное, подобное пожару, зарево встающего полного месяца разлилось по краю неба, и огромный красный шар удивительно колебался в серовой мгле. Становилось светло. Вечер уже кончился, но ночь еще не начиналась. Пьер встал от своих новых товарищей и пошел между костров на другую сторону дороги, где, ему сказали, стояли пленные солдаты. Ему хотелось поговорить с ними. На дороге французский часовой остановил его и велел воротиться.

Пьер вернулся, но не к костру, к товарищам, а к отпряженной повозке, у которой никого не было. Он, поджав ноги и опустив голову, сел на холодную землю у колеса повозки и долго неподвижно сидел, думая. Прошло более часа. Никто не тревожил Пьера. Вдруг он захохотал своим толстым, добродушным смехом так громко, что с разных сторон с удивлением оглянулись люди на этот странный, очевидно, одинокий смех.

– Ха, ха, ха! – смеялся Пьер. И он проговорил вслух сам с собою: – Не пустил меня солдат. Поймали меня, заперли меня. В плену держат меня. Кого меня? Меня! Меня – мою бессмертную душу! Ха, ха, ха!.. Ха, ха, ха!.. – смеялся он с выступившими на глаза слезами.

Какой-то человек встал и подошел посмотреть, о чем один смеется этот странный большой человек. Пьер перестал смеяться, встал, отошел подальше от любопытного и оглянулся вокруг себя.

Прежде громко шумевший треском костров и говором людей, огромный, нескончаемый бивак затихал; красные огни костров потухали и бледнели. Высоко в светлом небе стоял полный месяц. Леса и поля, невидные прежде вне расположения лагеря, открывались теперь вдаль. И еще дальше этих лесов и полей виднелась светлая, колеблющаяся, зовущая в себя бесконечная даль. Пьер взглянул в небо, в глубь уходящих, играющих звезд. «И все это мое, и все это во мне, и все это я! – думал Пьер. – И все это они поймали и посадили в балаган, загороженный досками!» Он улыбнулся и пошел укладываться спать к своим товарищам.

Пьер, как это большею частью бывает, почувствовал всю тяжесть физических лишений и напряжений, испытанных в плену, только тогда, когда эти напряжения и лишения кончились. После своего освобождения из плена он приехал в Орел и на третий день своего приезда, в то время как он собрался в Киев, заболел и пролежал больным в Орле три месяца; с ним сделалась, как говорили доктора, желчная горячка. Несмотря на то, что доктора лечили его, пускали кровь и давали пить лекарства, он все-таки выздоровел.

Все, что было с Пьером со времени освобождения и до болезни, не оставило в нем почти никакого впечатления. Он помнил только серую, мрачную, то дождливую, то снежную погоду, внутреннюю физическую тоску, боль в ногах, в боку; помнил общее впечатление несчастий, страданий людей; помнил тревожившее его любопытство офицеров, генералов, расспрашивавших его, свои хлопоты о том, чтобы найти экипаж и лошадей, и, главное, помнил свою неспособность мысли и чувства в то время. В день своего освобождения он видел труп Пети Ростова. В тот же день он узнал, что князь Андрей был жив более месяца после Бородинского сражения и только недавно умер в Ярославле, в доме Ростовых. И в тот же день Денисов, сообщивший эту новость Пьеру, между разговором упомянул о смерти Элен, предполагая, что Пьеру это уже давно известно. Все это Пьеру казалось тогда только странно. Он чувствовал, что не может понять значения всех этих известий. Он тогда торопился только поскорее, поскорее уехать из этих мест, где люди убивали друг друга, в какое-нибудь тихое убежище и там опомниться, отдохнуть и обдумать все то странное и новое, что он узнал за это время. Но как только он приехал в Орел, он заболел. Проснувшись от своей болезни, Пьер увидел вокруг себя своих двух людей, приехавших из Москвы, – Терентия и Ваську, и старшую княжну, которая, живя в Ельце, в имении Пьера, и узнав о его освобождении и болезни, приехала к нему, чтобы ходить за ним.

Во время своего выздоровления Пьер только понемногу отвыкал от сделавшихся привычными ему впечатлений последних месяцев и привыкал к тому, что его никто никуда не погонит завтра, что теплую постель его никто не отнимет и что у него наверное будет обед, и чай, и ужин. Но во сне он еще долго видел себя все в тех же условиях плена. Так же понемногу Пьер понимал те новости, которые он узнал после своего выхода из плена: смерть князя Андрея, смерть жены, уничтожение французов.

Радостное чувство свободы – той полной, неотъемлемой, присущей человеку свободы, сознание которой он в первый раз испытал на первом привале, при выходе из Москвы, наполняло душу Пьера во время его выздоровления. Он удивлялся тому, что эта внутренняя свобода, независимая от внешних обстоятельств, теперь как будто с излишком, с роскошью обставлялась и внешней свободой. Он был один в чужом городе, без знакомых. Никто от него ничего не требовал; никуда его не посылали. Все, что ему хотелось, было у него; вечно мучившей его прежде мысли о жене больше не было, так как и ее уже не было.

– Ах, как хорошо! Как славно! – говорил он себе, когда ему подвигали чисто накрытый стол с душистым бульоном, или когда он на ночь ложился на мягкую чистую постель, или когда ему вспоминалось, что жены и французов нет больше. – Ах, как хорошо, как славно! – И по старой привычке он делал себе вопрос: ну, а потом что? что я буду делать? И тотчас же он отвечал себе: ничего. Буду жить. Ах, как славно!

То самое, чем он прежде мучился, чего он искал постоянно, цели жизни, теперь для него не существовало. Эта искомая цель жизни теперь не случайно не существовала для него только в настоящую минуту, но он чувствовал, что ее нет и не может быть. И это-то отсутствие цели давало ему то полное, радостное сознание свободы, которое в это время составляло его счастье. Он не мог иметь цели, потому что он теперь имел веру, – не веру в какие-нибудь правила, или слова, или мысли, но

веру в живого, всегда ощущаемого бога. Прежде он искал его в целях, которые он ставил себе. Это искание цели было только искание бога; и вдруг он узнал в своем плену не словами, не рассуждениями, но непосредственным чувством то, что ему давно уж говорила нянюшка: что бог вот он, тут, везде. Он в плену узнал, что бог в Каратаеве более велик, бесконечен и непостижим, чем в признаваемом масонами Архитектоне вселенной. Он испытывал чувство человека, нашедшего искомое у себя под ногами, тогда как он напрягал зрение, глядя далеко от себя. Он всю жизнь свою смотрел туда куда-то, поверх голов окружающих людей, а надо было не напрягать глаз, а только смотреть перед собой.

Он не умел видеть прежде великого, непостижимого и бесконечного ни в чем. Он только чувствовал, что оно должно быть где-то, и искал его. Во всем близком, понятном он видел одно ограниченное, мелкое, житейское, бессмысленное. Он вооружался умственной зрительной трубой и смотрел вдаль, туда, где это мелкое, житейское, скрываясь в тумане дали, казалось ему великим и бесконечным оттого только, что оно было неясно видимо. Таким ему представлялась европейская жизнь, политика, масонство, философия, филантропия. Но и тогда, в те минуты, которые он считал своей слабостью, ум его проникал и в эту даль, и там он видел то же мелкое, житейское, бессмысленное. Теперь же он выучился видеть великое, вечное и бесконечное во всем, и потому естественно, чтобы видеть его, чтобы наслаждаться его созерцанием, он бросил трубу, в которую смотрел до сих пор через головы людей, и радостно созерцал вокруг себя вечно изменяющуюся, вечно великую, непостижимую и бесконечную жизнь. И чем ближе он смотрел, тем больше он был спокоен и счастлив. Прежде разрушавший все его умственные постройки страшный вопрос: зачем? теперь для него не существовал. Теперь на этот вопрос – зачем? в душе его всегда готов был простой ответ: затем, что есть бог, тот бог, без воли которого не спадет волос с головы человека.

#### Часть четвертая. XVII

Пьера провели в освещенную большую столовую; через несколько минут послышались шаги, и княжна с Наташей вошли в комнату. Наташа была спокойна, хотя строгое, без улыбки, выражение теперь опять установилось на ее лице. Княжна Марья, Наташа и Пьер одинаково испытывали то чувство неловкости, которое следует обыкновенно за оконченным серьезным и задушевным разговором. Продолжать прежний разговор невозможно; говорить о пустяках – совестно, а молчать неприятно, потому что хочется говорить, а этим молчанием как будто притворяешься. Они молча подошли к столу. Официанты отодвинули и пододвинули стулья. Пьер развернул холодную салфетку и, решившись прервать молчание, взглянул на Наташу и княжну Марью. Обе, очевидно, в то же время решились на то же: у обеих в глазах светилось довольство жизнью и признание того, что, кроме горя, есть и радости.

– Вы пьете водку, граф? – сказала княжна Марья, и эти слова вдруг разогнали тени прошедшего.

– Расскажите же про себя, – сказала княжна Марья. – Про вас рассказывают такие невероятные чудеса.

– Да, – с своей, теперь привычной, улыбкой кроткой насмешки отвечал Пьер. – Мне самому даже рассказывают про такие чудеса, каких я и во сне не видел. Марья Абрамовна приглашала меня к себе и все рассказывала мне, что со мной случилось, или должно было случиться. Степан Степаныч тоже научил меня, как мне надо рассказывать. Вообще я заметил, что быть интересным человеком очень покойно (я теперь интересный человек); меня зовут и мне рассказывают.

Наташа улыбнулась и хотела что-то сказать.

– Нам рассказывали, – перебила ее княжна Марья, – что вы в Москве потеряли два миллиона. Правда это?

– А я стал вдвое богаче, – сказал Пьер. Пьер, несмотря на то, что долги жены и необходимость построек изменили его дела, продолжал рассказывать, что он стал вдвое богаче.

– Что я выиграл несомненно, – сказал он, – так это свободу... – начал он было серьезно; но раздумал продолжать, заметив, что это был слишком эгоистический предмет разговора.

– А вы строитесь? – Да, Савельич велит. – Скажите, вы не знали еще о кончине графини, когда остались в Москве? – сказала княжна

Марья и тотчас же покраснела, заметив, что, делая этот вопрос вслед за его словами о том, что он свободен, она приписывает его словам такое значение, которого они, может быть, не имели.

– Нет, – отвечал Пьер, не найдя, очевидно, неловким то толкование, которое дала княжна Марья его упоминанию о своей свободе. – Я узнал это в Орле, и вы не можете себе представить, как меня это поразило. Мы не были примерные супруги, – сказал он быстро, взглянув на Наташу и заметив в лице ее любопытство о том, как он отзовется о своей жене. – Но смерть эта меня страшно поразила. Когда два человека ссорятся – всегда оба виноваты. И своя вина делается вдруг страшно тяжела перед человеком, которого уже нет больше. И потом такая смерть... без друзей, без утешения. Мне очень, очень жаль ее, – кончил он и с удовольствием заметил радостное одобрение на лице Наташи.

– Да, вот вы опять холостяк и жених, – сказала княжна Марья.

Пьер вдруг багрово покраснел и долго старался не смотреть на Наташу. Когда он решился взглянуть на нее, лицо ее было холодно, строго и даже презрительно, как ему показалось.

– Но вы точно видели и говорили с Наполеоном, как нам рассказывали? – сказала княжна Марья. Пьер засмеялся.

– Ни разу, никогда. Всегда всем кажется, что быть в плену – значит быть в гостях у Наполеона. Я не только не видал его, но и не слыхал о нем. Я был гораздо в худшем обществе.

Ужин кончился, и Пьер, сначала отказывавшийся от рассказа о своем плене, понемногу вовлекся в этот рассказ.

– Но ведь правда, что вы остались, чтоб убить Наполеона? – спросила его Наташа, слегка улыбаясь. – Я тогда догадалась, когда мы вас встретили у Сухаревой башни; помните?

Пьер признался, что это была правда, и с этого вопроса, понемногу руководимый вопросами княжны Марьи и в особенности Наташи, вовлекся в подробный рассказ о своих похождениях.

Сначала он рассказывал с тем насмешливым, кротким взглядом, который он имел теперь на людей и в особенности на самого себя; но потом, когда он дошел до рассказа об ужасах и страданиях, которые он видел, он, сам того не замечая, увлекся и стал говорить с сдержанным волнением человека, в воспоминании переживающего сильные впечатления.

Княжна Марья с кроткой улыбкой смотрела то на Пьера, то на Наташу. Она во всем этом рассказе видела только Пьера и его доброту. Наташа, облокотившись на руку, с постоянно изменяющимся, вместе с рассказом, выражением лица, следила, ни на минуту не отрываясь, за Пьером, видимо, переживая с ним вместе то, что он рассказывал. Не только ее взгляд, но восклицания и короткие вопросы, которые она делала, показывали Пьеру, что из того, что он рассказывал, она понимала именно то, что он хотел передать. Видно было, что она понимала не только то, что он рассказывал,

но и то, что он хотел бы и не мог выразить словами. Про эпизод свой с ребенком и женщиной, за защиту которых он был взят, Пьер рассказал таким образом:

– Это было ужасное зрелище, дети брошены, некоторые в огне... При мне вытащили ребенка... женщины, с которых стаскивали вещи, вырывали серьги...

Пьер покраснел и замялся. – Тут приехал разъезд, и всех тех, которые не грабили, всех мужчин забрали. И меня. – Вы, верно, не все рассказываете; вы, верно, сделали что-нибудь... – сказала Наташа и помолчала, – хорошее. Пьер продолжал рассказывать дальше. Когда он рассказывал про казнь, он хотел обойти страшные подробности; но Наташа требовала, чтобы он ничего не пропускал. Пьер начал было рассказывать про Каратаева (он уже встал из-за стола и ходил, Наташа следила за ним глазами) и остановился. – Нет, вы не можете понять, чему я научился у этого безграмотного человека – дурачка. – Нет, нет, говорите, – сказала Наташа. – Он где же? – Его убили почти при мне. – И Пьер стал рассказывать последнее время их отступления, болезнь Каратаева (голос его дрожал беспрестанно) и его смерть. Пьер рассказывал свои похождения так, как он никогда их еще не рассказывал никому, как он сам с собою никогда еще не вспоминал их. Он видел теперь как будто новое значение во всем том, что он пережил. Теперь, когда он рассказывал все это Наташе, он испытывал то редкое наслаждение, которое дают женщины, слушая мужчину, – не умные женщины, которые, слушая, стараются или запомнить, что им говорят, для того чтобы обогатить свой ум и при случае пересказать то же или приладить рассказываемое к своему и сообщить поскорее свои умные речи, выработанные в своем маленьком умственном хозяйстве; а то наслаждение, которое дают настоящие женщины, одаренные способностью выбирания и всасыванья в себя всего лучшего, что только есть в проявлениях мужчины. Наташа, сама не зная этого, была вся внимание: она не упускала ни слова, ни колебания голоса, ни взгляда, ни вздрагиванья мускула лица, ни жеста Пьера. Она на лету ловила еще не высказанное слово и прямо вносила в свое раскрытое сердце, угадывая тайный смысл всей душевной работы Пьера. Княжна Марья понимала рассказ, сочувствовала ему, но она теперь видела другое, что поглощало все ее внимание; она видела возможность любви и счастья между Наташей и Пьером. И в первый раз пришедшая ей эта мысль наполняла ее душу радостью.

Было три часа ночи. Официанты с грустными и строгими лицами приходили переменять свечи, но никто не замечал их.

Пьер кончил свой рассказ. Наташа блестящими, оживленными глазами продолжала упорно и внимательно глядеть на Пьера, как будто желая понять еще то остальное, что он не высказал, может быть. Пьер в стыдливом и счастливом смущении изредка взглядывал на нее и придумывал, что бы сказать теперь, чтобы перевести разговор на другой предмет. Княжна Марья молчала. Никому в голову не приходило, что три часа ночи и что пора спать.

– Говорят: несчастья, страдания, – сказал Пьер. – Да ежели бы сейчас, сию минуту мне сказали: хочешь оставаться, чем ты был до плена, или сначала пережить все это? Ради бога, еще раз плен и лошадиное мясо. Мы думаем, как нас выкинет из привычной дорожки, что все пропало; а тут только начинается новое, хорошее. Пока есть жизнь, есть и счастье. Впереди много, много. Это я вам говорю, – сказал он, обращаясь к Наташе.

– Да, да, – сказала она, отвечая на совсем другое, – и я ничего бы не желала, как только пережить все сначала.

Пьер внимательно посмотрел на нее. – Да, и больше ничего, – подтвердила Наташа. – Неправда, неправда, – закричал Пьер. – Я не виноват, что я жив и хочу жить; и вы тоже. Вдруг Наташа опустила голову на руки и заплакала. – Что ты, Наташа? – сказала княжна Марья. – Ничего, ничего. – Она улыбнулась сквозь слезы Пьеру. – Прощайте, пора спать. Пьер встал и простился.

Княжна Марья и Наташа, как и всегда, сошлись в спальне. Они поговорили о том, что рассказывал Пьер. Княжна Марья не говорила своего мнения о Пьере. Наташа тоже не говорила о нем.

– Ну, прощай, Мари, – сказала Наташа. – Знаешь, я часто боюсь, что мы не говорим о нем (князе Андрее), как будто мы боимся унижить наше чувство, и забываем.

Княжна Марья тяжело вздохнула и этим вздохом признала справедливость слов Наташи; но словами она не согласилась с ней.

– Разве можно забыть? – сказала она.

– Мне так хорошо было нынче рассказать все; и тяжело, и больно, и хорошо. Очень хорошо, – сказала Наташа, – я уверена, что он точно любил его. От этого я рассказала ему... ничего, что я рассказала ему? – вдруг покраснев, спросила она.

– Пьеру? О нет! Какой он прекрасный, – сказала княжна Марья.

– Знаешь, Мари, – вдруг сказала Наташа с шаловливой улыбкой, которой давно не видала княжна Марья на ее лице. – Он сделался какой-то чистый, гладкий, свежий; точно из бани, ты понимаешь? – морально из бани. Правда?

– Да, – сказала княжна Марья, – он много выиграл. – И сюртучок коротенький, и стриженные волосы; точно, ну точно из бани... папа, бывало... – Я понимаю, что он (князь Андрей) никого так не любил, как его, – сказала княжна Марья. – Да, и он особенный от него. Говорят, что дружны мужчины, когда совсем особенные.

Должно быть, это правда. Правда, он совсем на него не похож ничем?

– Да, и чудесный.

– Ну, прощай, – отвечала Наташа. И та же шаловливая улыбка, как бы забывшись, долго оставалась на ее лице.

1. Шкала безнадійності А. Бека (англ. Beck Hopelessness Inventory, сокр. ВНІ). Шкала, яка вимірює вираженість негативного ставлення по відношенню до суб'єктивного майбутнього у дорослих і підлітків. Шкала була розроблена А. Беком і групою його співробітників у Центрі Когнітивної Терапії Медичної Школи Університету Пенсільванії (США).

В основі даного поняття як теоретичного конструкту лежить когнітивна теорія психічних процесів, в тому числі про депресію як наслідок когнітивних оман. При розробці шкали автори слідували концепції Stotland, в рамках якої безнадійність розглядається як система когнітивних схем, загальною ознакою для яких є негативне забарвлення очікувань щодо найближчого і віддаленого майбутнього. Індивіди з високими показниками безнадійності вірять:

- що все в їх житті буде йти не так;
- що вони ніколи ні в чому не досягнуть успіху;
- що вони не досягнуть своїх цілей;
- що їхні найгірші проблеми ніколи не будуть вирішені.

Такий опис безнадійності відповідає третьому компоненту негативної тріади когнітивної моделі депресії Бека, згідно з якою депресивний стан визначають: негативний образ себе, негативний образ свого функціонування в сьогоденні і негативний образ свого майбутнього.

Шкала безнадійності Бека (ВНІ) складається з двадцяти тверджень. При відповіді респондент висловлює свою згоду або незгоду з кожним твердженням відповідно до запропонованих варіантів відповіді:

- зовсім не так;
- швидше за невірно;
- швидше вірно;
- повністю вірно.

Інструкція: Будь ласка, уважно прочитайте кожне з наведених нижче 20 тверджень. Вкажіть, наскільки вірно кожне з них описує Вас, у відповідній графі справа. Необхідно дати відповідь на кожне твердження.

## Бланк відповідей

| №   | Утверждение                                                                                                    | Совсем неверно | Скорее неверно | Скорее верно | Очень верно |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|--------------|-------------|
| 1.  | Я смотрю в будущее с надеждой и энтузиазмом                                                                    |                |                |              |             |
| 2.  | С тем же успехом я могу просто плюнуть на все, так как я не могу сделать свою жизнь лучше                      |                |                |              |             |
| 3.  | Когда дела идут плохо, мне помогает знание о том, что так не может продолжаться вечно                          |                |                |              |             |
| 4.  | Я не могу представить, какой будет моя жизнь через десять лет                                                  |                |                |              |             |
| 5.  | У меня достаточно времени, чтобы успеть сделать то, что для меня наиболее важно                                |                |                |              |             |
| 6.  | В будущем я надеюсь преуспеть в том, что занимает меня больше всего                                            |                |                |              |             |
| 7.  | Мое будущее кажется мне темным                                                                                 |                |                |              |             |
| 8.  | Я полагаю, что у меня будет больше хорошего в жизни, чем у среднего человека                                   |                |                |              |             |
| 9.  | Мне просто не дают передышки и я не думаю, что в будущем станет легче                                          |                |                |              |             |
| 10. | Мой прошлый опыт хорошо подготовил меня к будущему                                                             |                |                |              |             |
| 11. | Все, что я вижу впереди, скорее неприятно, чем приятно                                                         |                |                |              |             |
| 12. | Я не ожидаю получить то, чего я действительно хочу                                                             |                |                |              |             |
| 13. | Когда я думаю о будущем, я надеюсь, что буду счастливее, чем сейчас                                            |                |                |              |             |
| 14. | Ничего в жизни не складывается так, как я хочу                                                                 |                |                |              |             |
| 15. | Я верю в свое будущее                                                                                          |                |                |              |             |
| 16. | Я никогда не получаю то, что хочу, а значит хотеть чего-либо глупо                                             |                |                |              |             |
| 17. | Очень маловероятно, что я буду доволен своим будущим                                                           |                |                |              |             |
| 18. | Мое будущее кажется мне очень туманным и неопределенным                                                        |                |                |              |             |
| 19. | Я ожидаю от будущего больше хорошего, чем плохого                                                              |                |                |              |             |
| 20. | Бесполезно действительно стремиться получить то, что я хочу, так как, скорее всего, у меня ничего не получится |                |                |              |             |

## Інтерпретація

Твердженням приписується значення в балах, рівне числовому значенню відповіді у бланку відповідей. Ряд пунктів підраховується в зворотних значеннях:

| Варіант відповіді | Пряме твердження | Зворотнє твердження |
|-------------------|------------------|---------------------|
| Зовсім невірно    | 1 бал            | 4 бала              |
| Швидше що невірно | 2 бала           | 3 бала              |
| Швидше вірно      | 3 бала           | 2 бала              |
| Зовсім вірно      | 4 бала           | 1 бал               |

## Підрахунок сирих балів

За шкалою підраховується один загальний бал, при цьому ряд питань інтерпретується в «прямому», а ряд - в «зворотному» напрямках.

|               | Пряме твердження                       | Зворотнє твердження            |
|---------------|----------------------------------------|--------------------------------|
| Безнадійність | 2, 4, 7, 9, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20 | 1, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15, 19. |

## Практична значущість

Шкала безнадійності Бека вимірює вираженість негативного ставлення суб'єкта до власного майбутнього. Особливу цінність дана методика являє в якості непрямого індикатора суїцидального ризику у пацієнтів, які страждають депресією, а також у людей, що раніше вже скоювали спроби самогубства.

## Використана література

1. Горьковая И. А., Баканова А. А., Маликова Т. В. и др. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях: Учебно-методический комплекс. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. –249 с.

## 2. Методика «Підберіть слово»

Завдання на визначення доступності думок про смерть «Підберіть слово» (Death Access Measure, J.Arndt) спочатку розроблено одним з авторів теорії управління страхом смерті і являє собою список з 25 слів, у яких пропущені по 2 букви. На кожен пункт

можна підібрати від одного простого («дерево») до декількох слів, причому в семи пунктах є можливість вибору як нейтральних слів, так і слів, семантично пов'язаних з темою смерті ( «\_оги\_а» – «могила» або «логіка», «гр\_ \_» - «гроб» або «гриб», «грім», «груз» і т. д., «\_р\_п» – «труп» або «арап», «храп», «крап» та ін.).

### Інструкція

Будь ласка, впишіть відсутні літери в пропуски, щоб вийшли слова. Один пропуск відповідає одній букві. Всі слова – іменники в однині. Будь ласка, використовуйте перше слово, яке прийшло в голову. Дякуємо.

### Бланк відповідей

|    |             |    |           |
|----|-------------|----|-----------|
| 1  | _ р _ п     | 14 | ст _ _ на |
| 2  | б _ _ к     | 15 | _ ра _    |
| 3  | к _ р _ ина | 16 | ур _ _    |
| 4  | со _ _ ка   | 17 | ра _ _ о  |
| 5  | ру _ _ а    | 18 | со _ _ а  |
| 6  | гр _ _      | 19 | _ оги _ а |
| 7  | де _ е _ о  | 20 | ок _ _    |
| 8  | скл _ _     | 21 | кн _ _ а  |
| 9  | _ одуш _ а  | 22 | _ л _ н   |
| 10 | ре _ _ нок  | 23 | шк _ _ а  |
| 11 | _ ере _     | 24 | _ _ роль  |
| 12 | б _ м _ га  | 25 | ве _ _ а  |
| 13 | _ вето _    |    |           |

## Використана література

1. Чистопольская К. А., Журавлева Т. В., Ениколопов С. Н., Николаева Е. Л. Адаптация методик исследования суицидальных аспектов личности // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2017. – Т. 14. № 1. С. 61–87. DOI: 10.17323/1813-8918.2017.1.61.87.

### 3. Методика «Ставлення до смерті» (Вонг, Рекер і Гессер).

Опитувальник «Ставлення до смерті» (Death Attitude Profile-Revised) складається з 32 пунктів, в якому за 7-бальною шкалою оцінюються твердження, що стосуються різних варіантів відношення до смерті. Опитувальник досліджує те, яке значення людина приписує смерті, його погляди на це явище: приймає він її, уникає або боїться. Він був створений авторами теорії управління смыслом, суть якої полягає в тому, що людина може приписувати смерті позитивне значення, цінувати її більше життя, бачити в ній рішення проблем, або, навпаки, ставитися до неї різко негативно. Найбільш адаптивним вважається нейтральне прийняття, погляд на смерть як на природне, неминуче, ні погане, ні хороше явище.

Інструкція: Будь ласка, уважно прочитайте кожне з наведених нижче 32 тверджень. Вкажіть, наскільки вірно кожне з них описує Вас і обведіть цифру у відповідній графі справа. Необхідно дати відповідь на кожне твердження.

#### Бланк відповідей

| Обведите цифру, которая лучше всего отражает степень Вашего согласия или несогласия с каждым утверждением | Абсолютно не согласен | Не согласен | Скорее не согласен | Не уверен | Скорее согласен | Согласен | Абсолютно согласен |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|--------------------|-----------|-----------------|----------|--------------------|
| 1. Смерть, вне сомнения, мрачный опыт.                                                                    | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 2. Перспектива собственной смерти вызывает у меня беспокойство.                                           | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 3. Я любой ценой стараюсь избегать мыслей о смерти.                                                       | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 4. Я верю, что после смерти попаду в рай.                                                                 | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 5. Смерть покончит со всеми моими злоключениями.                                                          | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 6. Смерть следует рассматривать как естественное, непреложное и неотвратимое событие.                     | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 7. Меня расстраивает, что всё закончится смертью.                                                         | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |

| Обведите цифру, которая лучше всего отражает степень Вашего согласия или несогласия с каждым утверждением | Абсолютно не согласен | Не согласен | Скорее не согласен | Не уверен | Скорее согласен | Согласен | Абсолютно согласен |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|--------------------|-----------|-----------------|----------|--------------------|
| 8. Смерть – это переход к наивысшему наслаждению.                                                         | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 9. Смерть дает избавление от этого страшного мира.                                                        | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 10. Когда бы мысль о смерти ни приходила мне в голову, я стараюсь отвлечься от нее.                       | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 11. Смерть избавляет от боли и страдания.                                                                 | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 12. Я стараюсь никогда не думать о смерти.                                                                | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 13. Я верю, что рай будет гораздо лучшим местом, чем этот мир.                                            | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 14. Смерть – естественная часть жизни.                                                                    | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 15. Смерть – это воссоединение с Богом и вечная благодать.                                                | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 16. Смерть обещает новую, блаженную жизнь.                                                                | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 17. Я не боюсь смерти, но и не приветствую ее.                                                            | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 18. Я очень сильно боюсь смерти.                                                                          | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 19. В целом я избегаю мыслей о смерти.                                                                    | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 20. Вопрос жизни после смерти очень меня беспокоит.                                                       | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 21. Тот факт, что смерть положит конец всему, что я знаю, пугает меня.                                    | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 22. Я предвкушаю воссоединение с любимыми после смерти.                                                   | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 23. Я представляю смерть как освобождение от земных страданий.                                            | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 24. Смерть – всего лишь часть процесса жизни.                                                             | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 25. Я представляю смерть как переход в вечное и благодатное место.                                        | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 26. Я стараюсь не иметь дела с темой смерти.                                                              | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 27. Смерть приносит чудесное освобождение души.                                                           | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |

| Обведите цифру, которая лучше всего отражает степень Вашего согласия или несогласия с каждым утверждением | Абсолютно не согласен | Не согласен | Скорее не согласен | Не уверен | Скорее согласен | Согласен | Абсолютно согласен |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|--------------------|-----------|-----------------|----------|--------------------|
| 28. Единственное, что успокаивает меня при столкновении со смертью, – моя вера в жизнь после смерти.      | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 29. Я представляю смерть как освобождение от бремени этой жизни.                                          | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 30. Смерть – это ни хорошо, ни плохо.                                                                     | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 31. Я предвкушаю жизнь после смерти.                                                                      | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |
| 32. Неопределенность того, что произойдет после смерти, беспокоит меня.                                   | 1                     | 2           | 3                  | 4         | 5               | 6        | 7                  |

### Інтерпретація

Прийняття-наближення смерті: 4, 8, 13, 15, 16, 22, 25, 27, 28, 31 (норма)

Уникнення теми смерті: 3, 10, 12, 19, 26 (характерне для постсуїциду)

Страх смерті: 1, 2, 7, 18, 20, 21, 32 (характерне для постсуїциду)

Прийняття смерті як втечі: 5, 9, 11, 23, 29 (характерно для суїциду)

Нейтральне прийняття: 6, 14, 17, 24, 30 (норма)

### Використана література

1. Wong P., Reker G., Gesser G. Death Attitude Profile-Revised: A Multidimensional Measure of Attitudes Toward Death // Death anxiety handbook. Ed. by R. Neimeyer. Washington: Taylor&Francis, 1994. – P. 121-148.

2. Чистопольская К. А., Ениколопов С. Н., Бадалян А. В., Саркисов С. А. Адаптация методик исследования отношений к смерти у людей в остром постсуициде и в относительном психологическом благополучии // Социальная и клиническая психиатрия, 2012. – Т. 22, № 2. – С. 35-42.

3. Чистопольская К. А., Журавлева Т. В., Ениколопов С. Н., Николаева Е. Л. Адаптация методик исследования суицидальных аспектов личности // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2017. – Т. 14, № 1. – С. 61–87. DOI: 10.17323/1813-8918.2017.1.61.87.

## Методики оцінки ресурсних переживань особистості

### 1. Тест життєстійкості (С. Мадді, англ. Hardiness Survey).

Цей тест є адаптацію Леонтьєвим Д. А. опитувальника, розробленого американським психологом Сальваторе Мадді. Життєстійкість – це система переконань про себе, світ, відносини з ним, які дозволяють людині витримувати і ефективно долати стресові ситуації. В одній і тій же ситуації людина з високою життєстійкістю рідше перебуває у стресовому стані і краще справляється з ним. Життєстійкість включає в себе три порівняно самостійних компонента: залученість, контроль, прийняття ризику.

Поняття життєстійкості аналогічно поняттю «відвага бути», введеному П. Тілліхом в рамках екзистенціалізму – напрямку у психології, яке виходить з унікальності конкретного життя людини, що не зводиться до загальних схем. Екзистенціальна відвага передбачає готовність «діяти всупереч» – всупереч онтологічній тривозі, тривозі втрати смислу, всупереч відчуття «занедбаності» (М. Хайдеггер). Саме життєстійкість дозволяє людині виносити невідкладну тривогу, яка супроводжує вибір майбутнього (невідомості), а не минулого (незмінності) в ситуації екзистенціальної дилеми.

#### Інструкція

Прочитайте наступні твердження і виберіть той варіант відповіді («ні», «скоріше ні, ніж так», «скоріше так, ніж ні», «так»), який найкращим чином відображає Вашу думку.

Тут немає правильних або неправильних відповідей, так як важлива тільки Ваша думка. Прохання працювати в темпі, подовгу не замислюючись над відповідями. Відповідайте послідовно, не пропускаючи питань.

#### Бланк відповідей

| № | Вопросы                                                                    | нет | скорее<br>нет,<br>чем<br>да | скорее<br>да,<br>чем<br>нет | да |
|---|----------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------|-----------------------------|----|
| 1 | Я часто не уверен в собственных решениях.                                  |     |                             |                             |    |
| 2 | Иногда мне кажется, что никому нет до меня дела.                           |     |                             |                             |    |
| 3 | Часто, даже хорошо выспавшись, я с трудом заставляю себя встать с постели. |     |                             |                             |    |

|    |                                                                                                                    |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 4  | Я постоянно занят, и мне это нравится.                                                                             |  |  |  |  |
| 5  | Часто я предпочитаю «плыть по течению».                                                                            |  |  |  |  |
| 6  | Я меняю свои планы в зависимости от обстоятельств.                                                                 |  |  |  |  |
| 7  | Меня раздражают события, из-за которых я вынужден менять свой распорядок дня.                                      |  |  |  |  |
| 8  | Непредвиденные трудности порой сильно утомляют меня.                                                               |  |  |  |  |
| 9  | Я всегда контролирую ситуацию настолько, насколько это необходимо.                                                 |  |  |  |  |
| 10 | Порой я так устаю, что уже ничто не может заинтересовать меня.                                                     |  |  |  |  |
| 11 | Порой все, что я делаю, кажется мне бесполезным.                                                                   |  |  |  |  |
| 12 | Я стараюсь быть в курсе всего происходящего вокруг меня.                                                           |  |  |  |  |
| 13 | Лучше синица в руках, чем журавль в небе.                                                                          |  |  |  |  |
| 14 | Вечером я часто чувствую себя совершенно разбитым.                                                                 |  |  |  |  |
| 15 | Я предпочитаю ставить перед собой труднодостижимые цели и добиваться их.                                           |  |  |  |  |
| 16 | Иногда меня пугают мысли о будущем.                                                                                |  |  |  |  |
| 17 | Я всегда уверен, что смогу воплотить в жизнь то, что задумал.                                                      |  |  |  |  |
| 18 | Мне кажется, я не живу полной жизнью, а только играю роль.                                                         |  |  |  |  |
| 19 | Мне кажется, если бы в прошлом у меня было меньше разочарований и невзгод, мне было бы сейчас легче жить на свете. |  |  |  |  |
| 20 | Возникающие проблемы часто кажутся мне неразрешимыми.                                                              |  |  |  |  |
| 21 | Испытав поражение, я буду пытаться взять реванш.                                                                   |  |  |  |  |
| 22 | Я люблю знакомиться с новыми людьми.                                                                               |  |  |  |  |
| 23 | Когда кто-нибудь жалуется, что жизнь скучна, это значит, что он просто не умеет видеть интересное.                 |  |  |  |  |
| 24 | Мне всегда есть чем заняться.                                                                                      |  |  |  |  |
| 25 | Я всегда могу повлиять на результат того, что происходит вокруг.                                                   |  |  |  |  |
| 26 | Я часто сожалею о том, что уже сделано.                                                                            |  |  |  |  |
| 27 | Если проблема требует больших усилий, я предпочитаю отложить ее до лучших времен.                                  |  |  |  |  |
| 28 | Мне трудно сблизиться с другими людьми.                                                                            |  |  |  |  |
| 29 | Как правило, окружающие слушают меня внимательно.                                                                  |  |  |  |  |
| 30 | Если бы я мог, я многое изменил бы в прошлом.                                                                      |  |  |  |  |
| 31 | Я довольно часто откладываю на завтра то, что трудно осуществимо, или то, в чем я не уверен.                       |  |  |  |  |
| 32 | Мне кажется, жизнь проходит мимо меня.                                                                             |  |  |  |  |
| 33 | Мои мечты редко сбываются.                                                                                         |  |  |  |  |
| 34 | Неожиданности дарят мне интерес к жизни.                                                                           |  |  |  |  |
| 35 | Порой мне кажется, что все мои усилия тщетны.                                                                      |  |  |  |  |
| 36 | Порой я мечтаю о спокойной размеренной жизни.                                                                      |  |  |  |  |
| 37 | Мне не хватает упорства закончить начатое.                                                                         |  |  |  |  |
| 38 | Бывает, жизнь кажется мне скучной и бесцветной.                                                                    |  |  |  |  |
| 39 | У меня нет возможности влиять на неожиданные проблемы.                                                             |  |  |  |  |
| 40 | Окружающие меня недооценивают.                                                                                     |  |  |  |  |

|    |                                                                           |  |  |  |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 41 | Как правило, я работаю с удовольствием.                                   |  |  |  |  |
| 42 | Иногда я чувствую себя лишним даже в кругу друзей.                        |  |  |  |  |
| 43 | Бывает, на меня наваливается столько проблем, что просто руки опускаются. |  |  |  |  |
| 44 | Друзья уважают меня за упорство и непреклонность.                         |  |  |  |  |
| 45 | Я охотно берусь воплощать новые идеи.                                     |  |  |  |  |

### Обробка результатів тесту

Для підрахунку балів відповідей на прямі пункти присвоюються бали від 0 до 3 («ні» – 0 балів, «скоріше ні, ніж так» – 1 бал, «скоріше так, ніж ні» – 2 бали, «так» – 3 бали), відповідям на зворотні пункти присвоюються бали від 3 до 0 («ні» – 3 бали, «так» – 0 балів). Потім підсумовується загальний бал життєстійкості і показники для кожної з 3 субшкал (залученості, контролю і прийняття ризику). Прямі та зворотні пункти для кожної шкали представлені нижче.

### Ключи до тесту життєстійкості

|                  | Прямі пункти              | Зворотні пункти                          |
|------------------|---------------------------|------------------------------------------|
| Залученість      | 4, 12, 22, 23, 24, 29, 41 | 2, 3, 10, 11, 14, 28, 32, 37, 38, 40, 42 |
| Контроль         | 9, 15, 17, 21, 25, 44     | 1, 5, 6, 8, 16, 20, 27, 31, 35, 39, 43   |
| Прийняття ризику | 34, 45                    | 7, 13, 18, 19, 26, 30, 33, 36            |

### Середні та стандартні відхилення загального показника та шкал Тесту життєстійкості

| Норми                 | Життєстійкість | Залученість | Контроль | Прийняття ризику |
|-----------------------|----------------|-------------|----------|------------------|
| Середнє               | 80,72          | 37,64       | 29,17    | 13,91            |
| Стандартне відхилення | 18,53          | 8,08        | 8,43     | 4,39             |

### Інтерпретація

Виразність життєстійкості в цілому і її компонентів перешкоджає виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого совладання, копінг стратегій зі стресами і сприйняття їх як менш значущих.

Залученість визначається як «переконаність в тому, що залученість в те, що відбувається дає максимальний шанс знайти

щось достойне і цікаве для особистості». Людина з розвиненим компонентом залученості отримує задоволення від власної діяльності. На противагу цьому, відсутність подібної переконаності породжує відчуття покинутості, відчуття себе «поза» життям.

Якщо ви відчуваєте впевненість в собі і в тому, що світ великодушний, вам властива залученість.

Контроль – це переконаність у тому, що боротьба дозволяє вплинути на результат того, що відбувається, нехай навіть цей вплив не абсолютний і успіх не гарантований. Протилежність цьому – відчуття власної безпорадності. Людина з сильно розвиненим компонентом контролю відчуває, що сама вибирає власну діяльність, свій шлях.

Прийняття ризику – переконаність людини в тому, що все те, що з ним трапляється, сприяє його розвитку за рахунок знань, що приходять з досвідом, – неважливо, позитивним або негативним. Людина, яка розглядає життя як спосіб набуття досвіду, готова діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на свій страх і ризик, вважає, що прагнення до простого комфорту і безпеки збіднює життя особистості. В основі прийняття ризику лежить ідея розвитку через активне засвоєння знань з досвіду і використання наступного разу.

Компоненти життєстійкості розвиваються в дитинстві і частково в підлітковому віці, хоча їх можна розвивати і пізніше. Їх розвиток вирішальним чином залежить від відносин батьків з дитиною. Зокрема, для збільшення залученості принципово важливі прийняття і підтримка, любов і схвалення з боку батьків. Для розвитку компонента контролю важлива підтримка ініціативи дитини, його прагнення справлятися із завданнями все зростаючої складності на межі своїх можливостей. Для розвитку прийняття ризику важливо багатство вражень, мінливість і неоднорідність середовища.

Мадді підкреслює важливість вираженості всіх трьох компонентів для збереження здоров'я і оптимального рівня працездатності і активності в стресогенних умовах. Можна говорити як про індивідуальні відмінності кожного з трьох компонентів у складі життєстійкості, так і про необхідність їх узгодженості між собою і з загальною (сумарною) мірою життєстійкості.

Використана література

1. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. — М. : Смысл, 2006.— 63 с.

2. Опитувальник часової перспективи Зімбардо (англ. Zimbardo Time Perspective Inventory, сокр. ZTPI). Це методика, що спрямована на діагностику системи відносин особистості до тимчасового континууму. Розроблено Ф. Зімбардо в 1997 році.

Взаємодія з часом – фундаментальна характеристика людського досвіду, як об'єктивного так і суб'єктивного. Психологічний час особистості є сполучною ланкою між усіма структурами реальності, пронизує всі сфери життєдіяльності людини, як зовнішні, так і внутрішні.

Опитувальник складається з п'яти шкал, кожна з яких спрямована на оцінку переважання у респондента різних часових орієнтацій:

Минуле Негативне;  
Сьогодення Гедоністичне;  
Майбутнє;  
Минуле Позитивне;  
Сьогодення Фаталістичне.

Минуле Негативне. До цієї шкали входять твердження: 4, 5, 16, 22, 27, 33, 34, 36, 50, 54. Високі бали за цією шкалою означають в цілому негативний, песимістичний погляд на минуле. В силу реконструктивного характеру минулого такі негативні **аттитюди** можуть бути пов'язані як з дійсним переживанням неприємних або травматичних подій в минулому, так і з негативною реконструкцією нейтральних подій. Високі бали за цією шкалою корелюють з депресією, тривогою і низькою самооцінкою. Також дослідниками виявлена кореляція між високими балами за цією шкалою і рівнем агресії.

Міжособистісні відносини людей з високими балами по цій шкалі обмежені і часто незадовільні. Вони не мотивовані працювати заради винагороди в майбутньому, але також не отримують задоволення і від свого життя в сьогоденні.

Сьогодення Гедоністичне Високі бали за цією шкалою відображають гедоністичне, ризиковане, «відчайдушне» ставлення до часу і життя. Відображає орієнтацію на задоволення в сьогоденні і нездатність принести щось в жертву в сьогоденні, щоб отримати

винагороду в майбутньому. Високі бали за цією шкалою корелюють з низькою здатністю передбачати і зважувати майбутні наслідки, непослідовністю, слабким контролем Его, імпульсивністю, прагненням до пошуку відчуттів. Згідно з даними досліджень представники цієї групи більш схильні до вживання психоактивних речовин, мають неясні цілі на майбутнє. При цьому вони енергійні, беруть участь у великій кількості різних справ, часто займаються спортом.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 1,8, 12, 17, 19, 23, 26, 28, 31,32, 42, 44, 46, 48, 55.

Майбутнє. Високі бали за даною шкалою відображають загальну орієнтацію суб'єкта на майбутнє. Поведінка людей з високими балами по цій шкалі визначається мотивацією на досягнення майбутніх цілей і винагород. Високі бали також корелюють з розвинуеною здатністю передбачати і зважувати майбутні наслідки, сумлінністю, постійністю. Ці респонденти високоорганізовані, амбіційні, орієнтовані на досягнення поставлених цілей. Вони часто відчують суб'єктивний брак часу, але готові принести в жертву сьогоднішні задоволення заради успіху в майбутньому. При цьому вони відрізняються прекрасними навичками організаційного планування і високою особистою ефективністю, мають чіткі цілі у майбутньому, а їх повсякденне життя впорядковане і структуроване. Схильні відчувати середній і високий рівні стресу, на суб'єктивному рівні пов'язаний з нестачею часу.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 6, 9, 10, 13, 18, 21, 24, 30, 40, 43, 45, 51,56.

Минуле Позитивне. Високі бали за цією шкалою відображають тепле, сентиментальне ставлення до минулого. Висока самооцінка і суб'єктивне почуття радості цих суб'єктів вказують на здорове, радісне ставлення до життя. Незважаючи на схильність до інтроверсії і деяку сором'язливість, вони здатні до побудови близьких міжособистісних відносин. У поведінці розумні і обережні, неохоче йдуть на ризик.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 2, 7, 11, 15, 20, 25, 29, 41,49.

Сьогодення Фаталістичне. Високі бали за цією шкалою демонструють фаталістичне, безпорадне і безнадійне відношення

суб'єкта до майбутнього і до життя в цілому. Ці люди переконані в тому, що майбутнє зумовлене і не залежить від дій самої людини. З точки зору цих людей, людина – іграшка в руках долі. Вони, як правило, не задоволені своїм життям і не думають, що в подальшому це зміниться. За даними досліджень високі показники за цією шкалою корелюють з депресією і високим рівнем тривожності, низькою спроможністю передбачити і зважувати майбутні наслідки, а також з агресією. Спеціальні дослідження вказують на те, що високі бали по цій шкалі корелюють з ризикованою поведінкою з ВІЛ. Люди, які отримали такі високі бали, мають більшу кількість статевих партнерів, практикують небезпечний секс.

До цієї шкали відносяться наступні твердження: 3, 14, 35, 37, 38, 39, 47, 52, 53.

На думку авторів методики з точки зору психологічного благополуччя ідеальним варіантом є збалансована картина суб'єктивного часу. "Орієнтація на майбутнє дає людям крила, щоб злетіти до нових досягнень, орієнтація на минуле (Позитивне) зміцнює коріння і живить почуття ідентичності, а орієнтація на сьогодення (гедоністична) наповнює наше щоденне життя молодістю і чуттєвими радощами. Людина потребує гармонійного поєднання цих трьох орієнтацій для того, щоб повністю реалізувати свій потенціал", вважає Зімбардо.

#### Інструкція

Будь ласка, уважно прочитайте кожне з наведених нижче 56 тверджень. Вкажіть, наскільки вірно кожне з них описує Вас і обведіть цифру у відповідній графі справа. Необхідно дати відповідь на кожне твердження.

#### Бланк відповідей

|    | Утверждение                                                                                 | Совсе<br>м<br>невер<br>но | Скоре<br>е<br>невер<br>но | Нейт<br>раль<br>но | Скоре<br>е<br>верно | Очен<br>ь<br>верно |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------|---------------------|--------------------|
| 1. | Я считаю, что вечеринки с друзьями – одно из главных удовольствий в жизни                   | 1                         | 2                         | 3                  | 4                   | 5                  |
| 2. | Знакомые с детства места, звуки и запахи часто вызывают целый поток прекрасных воспоминаний | 1                         | 2                         | 3                  | 4                   | 5                  |
| 3. | Судьба определяет многое в моей жизни                                                       | 1                         | 2                         | 3                  | 4                   | 5                  |
| 4. | Я часто думаю о том, что я должен был бы сделать в жизни иначе                              | 1                         | 2                         | 3                  | 4                   | 5                  |

|     |                                                                                                              |   |   |   |   |   |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 5.  | На мои решения больше всего влияют окружающие люди и события, происходящие вокруг                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.  | Я считаю, что каждый свой день следует планировать с утра                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.  | Мне доставляет удовольствие думать о своем прошлом                                                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.  | Я поступаю импульсивно                                                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9.  | Если что-то не сделано во время, меня это не беспокоит                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. | Когда я хочу чего-нибудь добиться, я ставлю перед собой четкие задачи и ищу конкретные способы их достижения | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. | Если честно, то о своем прошлом я могу вспомнить больше хорошего, чем плохого                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. | Когда я слушаю свою любимую музыку, я теряю счет времени                                                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. | Чтобы выполнить необходимую работу к намеченному сроку, можно пожертвовать сегодняшними развлечениями        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. | Что будет, то будет, а значит, мои действия не имеют большого значения                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. | Мне нравятся истории о том, как обстояли дела «в добрые старые времена»                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. | Болезненные события прошлого продолжают проигрываться в моей голове                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. | Я стараюсь жить как можно более полной жизнью, не задумываясь о завтрашнем дне                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. | Меня расстраивает, когда я куда-либо опаздываю                                                               | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. | В идеальном мире я бы проживал каждый день так, как будто бы он последний                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. | Счастливые воспоминания о хороших временах легко приходят на ум                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. | Я выполняю свои обязательства перед друзьями и коллегами во время                                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. | В прошлом меня часто обижали и отвергали                                                                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. | Я принимаю решения, не задумываясь                                                                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. | Я принимаю каждый день как он есть, а не стараюсь распланировать его заранее.                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. | Прошлое несет так много неприятных воспоминаний, что я стараюсь не думать о нем                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. | Важно, чтобы моя жизнь была захватывающей                                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. | В прошлом я совершил ошибки, которые хотел бы исправить                                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|     |                                                                                                               |   |   |   |   |   |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 28. | Мне кажется, что получать удовольствие от того, что ты делаешь важнее, чем выполнить работу в срок            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. | Я вспоминаю свое детство с ностальгией                                                                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. | Прежде, чем принять решение, я взвешиваю все за и против                                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. | Риск не дает моей жизни стать скучной                                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. | Для меня важнее просто наслаждаться жизнью, чем думать о том, что получится в итоге                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. | Редко бывает, чтобы все получилось так, как я ожидал                                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. | Мне сложно избавиться от неприятных воспоминаний о моем детстве и юности                                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. | Если мне надо думать о целях, задачах и результатах, сам процесс работы перестает доставлять мне удовольствие | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36. | Даже когда я наслаждаюсь настоящим, меня тянет сравнивать его с прошлым                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37. | Невозможно планировать будущее, потому что все меняется очень быстро                                          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38. | Моей жизнью управляют силы, на которые я не могу влиять                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39. | Нет смысла беспокоиться о будущем, так как я все равно никак не могу на него повлиять                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 40. | Я выполняю задания в срок, двигаясь к цели шаг за шагом                                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 41. | Я отключаюсь, когда мои родственники начинают вести разговоры о прошлом                                       | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 42. | Я иду на риск, чтобы добавить остроты в свою жизнь                                                            | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 43. | Я составляю списки того, что мне надо сделать                                                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 44. | Я часто больше прислушиваюсь к своему сердцу, чем к голове                                                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 45. | Я могу противостоять искушениям, когда я знаю, что есть работа, которую надо выполнить                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 46. | Меня часто захватывает мгновение                                                                              | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 47. | В наше время жизнь слишком сложна. Я бы предпочел жить в прошлом, когда жизнь была проще                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 48. | Я предпочитаю чтобы моими друзьями были люди, которые ведут себя скорее спонтанно, чем предсказуемо           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 49. | Мне нравятся семейные традиции и ритуалы, которые повторяются из раза в раз                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 50. | Я думаю о том плохом, что произошло со мной в прошлом                                                         | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

|     |                                                                                                                                  |   |   |   |   |   |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 51. | Я продолжаю выполнять даже сложные и неинтересные задания, если есть основания полагать, что они помогут мне преуспеть в будущем | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 52. | То, что я зарабатываю, лучше потратить на удовольствия сегодня, чем откладывать деньги на будущее                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 53. | Часто везение значит больше, чем прилежная работа                                                                                | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 54. | Я думаю о том хорошем, чего я был лишен в жизни                                                                                  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 55. | Мне нравится, чтобы в моих личных отношениях была страсть                                                                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 56. | Всегда будет время наверстать упущенное в работе                                                                                 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

#### Використана література

1. Горьковая И. А., Баканова А. А., Маликова Т. В. и др. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях: Учебно-методический комплекс. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – 249 с.

Рекомендації щодо розробки брошури  
«Психологічна допомога в кризовій і / або надзвичайній ситуації»

Формат брошури – 1/2 аркуша формату А4 (двосторонній друк), обсяг – 6 листів.

Для створення брошури необхідно обрати тему і цільову групу (для кого призначена).

Брошура повинна містити в собі наступну інформацію:

1. «Титульний аркуш» з назвою та / або зверненням до цільової групи. Для оформлення титульного аркуша брошури добре використовувати фотографії і малюнки.

2. Короткий вступ, обґрунтування значимості проблеми в суспільстві, сім'ї або небезпеки ігнорування даної теми.

3. Визначення психологічної проблеми, її короткий опис (наприклад, форми насильства, міфи про насильство, стадії переживання розлучення і т. д.)

4. Опис «симптомів», за якими можна продіагностувати дану кризу (наприклад, риси суїцидальної поведінки у підлітків або ознаки насильства у дітей)

5. Рекомендації щодо психологічної допомоги або самопомочі (що необхідно робити в даній ситуації і чого слід уникати).

6. Координати фахівців в Одесі або в Україні, до яких можна звернутися за допомогою (адреси, телефони, Інтернет-сайти, e-mail).

7. Авторство (студент вказує ПІБ і поточний рік).

Необхідно звернути увагу на наступні аспекти роботи:

• «Мова» брошури повинна відповідати особливостям цільової групи (тобто бути зрозумілою для тих, кому вона призначена)

- Брошура повинна містити основну інформацію, але не повинна бути перевантажена текстом
- Оформлення брошури (розташування тексту, вибір шрифтів і малюнків, поєднання кольорів і т. д.) повинно бути акуратним і гармонійним (відповідно до психологічних законів сприйняття)
- Основний зміст брошури має відповідати етичним нормам психології (застосування принципів «Не зашкодь!», (безпеки), і «Забезпечення особистісної свободи клієнта»), показувати можливості вирішення ситуації і виходу з неї (використання принципів позитивності і потенційності).

## Рекомендації щодо анотування Інтернет-ресурсів Оформлення роботи

- Робота повинна мати титульний аркуш згідно з вимогами до оформлення наукових робіт.

- Весь текст повинен бути оформлений одноманітно (шрифт, інтервал, абзаци, поля і т. д.), згідно з вимогами до оформлення наукових робіт. У роботі не допускається з'єднання по-різному відформатованих текстів, механічно скопійованих з сайтів!

- Роботу необхідно підготувати в одному з варіантів: паперовому чи електронному на розсуд студента. При захисті електронного варіанту студент забезпечує техніку для його презентації.

### Зміст роботи

Для аналізу необхідно обрати 3-5 сайтів з тематики курсу (кількість уточнюється з викладачем) і описати їх за наступною схемою:

1. Назва сайту і посилання на нього
2. Основна ідея сайту (чому присвячений)
3. Основні розділи сайту (перерахувати, вказати посилання)
4. Дати коротку анотацію інформації, представленої на сайті, що висвітлює той чи інший напрямок психологічної допомоги в кризових ситуаціях (0,5-1 сторінка). Якщо на сайті присутні статті та публікації, розкрити їх основний зміст (вибрати 2-3 основних).
5. Розкрити практичну значущість сайту:
  - можливість використовувати матеріал при підготовці лекцій, практичних занять, для самоосвіти студентів та фахівців;
  - наявність посилань на центри психологічної допомоги і фахівців;
  - можливість звернутися за консультацією до фахівця або записатися в групу;

- наявність конкретних вправ, практик, завдань, що ілюструють даний напрямок або спрямовані на самопоміч. Навести в якості прикладів матеріал, що має практичне значення (вправи, ігри, схеми, малюнки, таблиці, психодіагностичні методики, рекомендації і т. д.)

6. Описати наукову значущість (якість і обґрунтованість представленої на сайті інформації, посилання на першоджерела, загальний науковий рівень сайту) і привести визначення трьох ключових понять, які використовуються на сайті.

7. Надати в роботі (в письмовому чи електронному вигляді) 1-2 ілюстрації, фотографії, таблиці, малюнки, портрети вчених і психологів і т. і., розміщені на сайті, що мають цінність для використання на лекціях і практичних заняттях з дисципліни «Кризове консультування». Вказати конкретну доцільність та мету використання наведеної наочної інформації у викладанні.

8. Дати власну оцінку інформації, представленої на сайті за 5-тибальною шкалою: а) Практична значущість, б) Наукова значущість, в) Можливості використання матеріалів сайту в освітньому процесі.

Навчальне видання

ГУСАКОВА Марина Петрівна

## Кризове консультування

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

до практичних занять з дисципліни «Кризове консультування» для  
здобувачів ступеня вищої освіти «магістр» I року навчання  
спеціальності 053 Психологія.

В авторській редакції

Підп. до друку 26.04.2018. Формат 60x84/16.

Ум. друк. арк. 2,91. Тираж 20 пр.

Зам. № 1730.

Видавець і виготовлювач  
Одеський національний університет  
імені І. І. Мечникова

Україна, 65082, м. Одеса, вул. Єлісаветинська, 12  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011 р.

Тел.: (048) 723 28 39. E-mail: [druk@onu.edu.ua](mailto:druk@onu.edu.ua)