

## СОЦИАЛНАТА КРИЗА ПРЕЗ ПРИЗМАТА НА ЕКЗИСТЕНЦИАЛНАТА ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ

Росица Георгиева\*, Николай Бавро

*В прогресисткия социален и психологичен модел кризата се разбира като труден, но необходим етап на движение от остарели към по-нови и по-съвършени форми на развитие. В екзистенциалния – кризата е част от живота, който трябва да се живее, или субективно – един от начините за възприемане на света. Екзистенциалната тревога е предчувствие за объркване или прекъсване на линията на живота. За разлика от невротичната тревога, тя се поражда не от вътрешен конфликт, а от обективни причини. Глобалната социална криза е една от тях.*

Понятието криза най-общо се дефинира като „рязка промяна, разстройство в обикновеното състояние на нещо“. (Речник БАН 1982 с. 453) Това определение отразява разбирането за кризата като нарушаване на установен ред или хомеостатично равновесие, което се стреми към възстановяване. Такъв е и смисълът на думата в древногръцката лексика: изход, решение, повратен момент, връщане в първоначалното русло след отклоняване. В историята на науката, философията и политиката като кризисни се определят периодите на преосмисляне и отхвърляне на принципи, приемани като неоспорими, и заменянето им с нови.

В медицинската практика кризисен се нарича внезапният, силен пристъп на болестта или решителният момент в протичането ѝ, който определя изхода от нея. Последният е детерминиран, от една страна, от състоянието на организма и ресурсите му за справяне, а от друга – от външната намеса, в случая на медицината, адекватно и своевременно

---

\* Н.с. I ст. д-р Росица Георгиева – Институт по психология при Българската академия на науките.  
Адрес за контакти: [rositu2002@yahoo.co.uk](mailto:rositu2002@yahoo.co.uk)

да подпомагане вътрешния оздравителен процес. В по-общ метафоричен план тази схема е валидна за преодоляването на различни кризисни ситуации: кризи на възрастта и личностното израстване, на брака и семейството, икономическа, финансова, политическа, екологична и др. Във всеки от тези случаи се разчита на собствени сили (неактуализиран вътрешен потенциал) и на помощ отвън — от външни експерти, готови да предложат ефективни антикризисни мерки и стратегии. Успокояващо е доверието във всяка от двете възможности и особено в тяхната обединена сила.

В този контекст трябва да се отчитат завишените обществени очаквания към експертната работата на психолозите. Друг е въпросът, доколко психологическата наука и практика днес са готови да отговорят на подобна социална заявка. Това определя актуалността на днешната дискусия и нашето решение да включим в нея гледната точка на екзистенциалната психология и психотерапия.

Според нас в психологията и сродните ѝ науки има разработени теории и методи, отнасящи се до кризите, но те не могат да бъдат еднозначно приложени към социалната ситуация в България днес, която може да се приеме за кризисна.

От психологична гледна точка проблемът за кризите най-широко и задълбочено е изследван във възрастовата психология. Но в центъра на нейното внимание традиционно са етапите на ранното детство и юношеството. Едва през последните години се изследват по-сериозно и така наречените „кризи в средата на живота“ и в неговия „залез“. Предлагани и обосновавани са множество периодизации на жизнения цикъл и всички те отбелязват, че новите, по-високи етапи от развитието се предшества от кризи. Американската изследователка Гейл Шийхи определя тези периоди като „предвидими кризи“, тъй като те са характерни за всяка нова генерация. Хората, които „вече са минали по този път“ имат спомен, знание и опит от кризисните си моменти (друг е въпросът дали те са приложими за техните деца и внуци) и могат да проявят разбиране и търпение, към преживяващите своя труден период. В случая се подчертава временният характер на кризите, затова авторката ги нарича „преходи“. Такова е и заглавието на нейната книга, станала бестселър през 70-те години в САЩ (Шийхи, Г. 1999).

Много често се цитира една метафора за кризата от тази книга, а именно, че тя прилича на „морския рак, който расте, като образува и сваля поредица от твърди предпазни черупки. Всеки път, когато порасне вътрешно, се налага ограничаващата го обвивка да бъде отхвърлена и до образуването на нова той остава незащитен. И с нас е така. При всеки преход от един етап на развитие към друг се налага да отхвърляме изградените си защити и ставаме по-уязвими. Но затова пък сме като зародиш, изпълнен с нов растежен заряд. В такива моменти сме заредени с потенциал за осъществяване на огромна крачка напред. Можем и да не я направим. Да спрем или да се върнем назад. Във всеки случай — бъдещето ни ще се промени към добро