

# Теоретические дискурсы и дискуссии



DOI: 10.19181/inter.2023.15.2.1  
EDN: DQDPAD

## Терапевтический дискурс психологов в кризисных условиях: нормализация не-действия

### Ссылка для цитирования:

Жемчугова А. В., Чудова И. А. Терапевтический дискурс психологов в кризисных условиях: нормализация не-действия // Интеракция. Интервью. Интерпретация. 2023. Т. 15. № 2. С. 11–33. <https://doi.org/10.19181/inter.2023.15.2.1> EDN: DQDPAD

### For citation:

Zhemchugova A.V., Chudova I.A. (2023) Therapeutic Discourse of Psychologists in the Context of Crisis: Normalization of Non-Action. *Interaction. Interview. Interpretation*. Vol. 15. No. 2. P. 11–33. <https://doi.org/10.19181/inter.2023.15.2.1>



### **Жемчугова Анна Валерьевна**

Новосибирский государственный университет,  
Новосибирск, Россия;  
независимый исследователь, Бат-Ям, Израиль  
E-mail: a.zhemchugova14@gmail.com

### **Чудова Ирина Александровна**

Независимый исследователь,  
Алматы, Республика Казахстан  
E-mail: dauza14@gmail.com

*В настоящем исследовании рассмотрен терапевтический дискурс, который представлен в текстах психологов в контексте кризисных условий, связанных с российской и мировой новостной и событийной повесткой в конце февраля — апреле 2022 года. Цель исследования состояла в том, чтобы раскрыть и описать содержание терапевтического дискурса, выявить, к каким способам (стратегиям) нормализации кризисных условий он прибегает, и случается ли обратное — когда происходящие переломные события заостряются в качестве проблемы. Был проведен анализ материала блогов (русскоязычных*

*текстов психологов, размещенных в социальных сетях за период с конца февраля по начало марта 2022 года) и интервью с практикующими психологами (11 интервью, март — апрель 2022 года). Критический дискурс-анализ позволил выявить и описать специфику, характерные словарь и идейные ориентиры терапевтического дискурса в кризисных условиях, обнаружить его интердискурсивность. Отдельный акцент был поставлен на описании терапевтического дискурса по отношению к общественно-политическому, этико-моральному и другим соседствующим дискурсам, выявлены следующие присущие терапевтическому дискурсу стратегии нормализации ситуации кризиса: «герметизация», «переописание», «переключение внимания», очерчена также противоположная дискурсивная стратегия — «проблематизация». Кроме того, рассмотрены рекомендации психологов (так называемые техники) в соотношении с тем, как в текстах трактовались события, происходящие после 24 февраля 2022 года, с точки зрения их нормализации.*

**Ключевые слова:** дискурс терапии; терапевтизация; терапевтическая культура; словарь дискурса; идейные ориентиры; интердискурсивность; стратегии нормализации; стратегия проблематизации

### **Терапевтический поворот и терапевтизация: общие очертания тенденции**

Современные диагносты актуальных социальных тенденций говорят о нарастании «терапевтизации» обществ в связи с популяризацией психологических знаний и практик [Illouz, 2008; Лернер, 2011]. Зарубежные аналитики, подчеркивая влияние дискурса терапии и его проникновение в повседневность, характеризуют ситуацию в социальном и социологическом знании как «эмоциональный детерминизм» и «терапевтический поворот» [Симонова, 2018]. Речь идет также о «культуре терапии», подразумевающей регулярное посещение психотерапевтов и психологов, обращение к научно-популярной психологической “selfhelp” литературе. Согласно Ф. Фуреди, культура терапевтична, если все области жизни становятся ее предметом, то есть способ мышления и дискурс находят распространение за рамками отношений между клиентом и психотерапевтом и, что немаловажно, формируют общественные представления по различным вопросам [Furedi, 2004]. Мы полагаем, что «культура терапии» как сочетание дискурсов и практик постепенно входит также и в российскую действительность<sup>1</sup>.

В российском контексте исследование «терапевтической культуры», как и ее внедрение, сравнительно ново, однако можно говорить о растущем интересе к теме в научной среде. Так, П. Аронсон, ориентируясь на терапевтический

<sup>1</sup> Отмечают, что количество обращений граждан за квалифицированной психологической помощью в России в 2020 году выросло на 89% по сравнению с 2019 годом [Исмагилова, 2022]. В социальных сетях основными темами, с которыми работают психологи, являются отношения в паре, отношения родителей и детей, прогресс в профессии или карьере и материальное благополучие [Солдатова, 2021].



поворот, развивает диагностику социальной жизни в терминах «эмоционального капитализма». Ключевая его характеристика состоит в том, что логика экономической эффективности и получения выгод преобладают во всех сферах человеческого существования. Эмоции становятся предметом торговли и способом получения прибыли — в том числе нематериальной (как известно, покупая платье, мы покупаем положительную эмоцию, а не просто вещь). Дискурс терапии органичен логике эмоционального капитализма. Культивируя внимание к своему внутреннему состоянию, самости [Добровольский, 2019], потребитель ищет удовольствий и эмоционального благополучия, что оказывается если и достижимым, то кратковременным. «Идея выбора того, кем мы хотим быть, императивная идея “быть собой” начали работать против нас, превращая нас не в свободных людей, а во все более тревожных и жадных» [Аронсон, 2020: 20]. Так, тревожное эмоциональное состояние приходится «купировать» в терапии, с помощью которой осуществляется поиск эмоционального комфорта.

Считается, что терапевтическая культура задает и укрепляет восприятие себя в качестве клиента во всех жизненных сферах — отдельного Я, задающего себе вопросы: что я сейчас для себя хорошего могу сделать и что могу получить для себя? По всей видимости, терапевтическая культура и присущий ей дискурс построены на особом сочетании рационального отношения к эмоциям и акценте на индивидуальном рефлексивном «Я» — обращаясь к терапии, клиент стремится познать себя, свои эмоции и освоить приемы самоменеджмента [Бариле, 2015]. Терапевтический дискурс и практики в целом встроены в процессы индивидуализации и, несмотря на то что актуализируют внимание к переживаниям эмоций, воссоздают расчетливое сознание и менеджерски ориентированных индивидов [Brossard, Sallee, 2020]. Эти ориентиры, как полагают аналитики, постепенно проникают в самые разные и изначально нерыночные области — семейную жизнь, отношения дружбы, восприятие своей гражданской позиции и т.д. В настоящем исследовании данное соображение представляется особенно значимым.

В контексте терапевтизации получает распространение убежденность, что источники социальных проблем кроются именно во внутреннем мире индивида, поэтому они должны решаться соответственно, путем его регуляции, так как «я — единственный источник своего счастья или несчастья» и «только я несу ответственность за свое состояние». Ю. Лернер также видит в этом симптом процесса индивидуализации, в результате которого «социальные проблемы все более воспринимаются в терминах психологических установок: как личная неадекватность, чувство вины, тревоги, конфликты и неврозы» [Лернер, 2011: 5].

Так возникает терапевтическая модель Я (Self) — продукт психологического знания и дискурса, встроеного в институты (эмоционального) капитализма, ориентированный на актуальное управление своей жизнью, в том числе эмоциональной, с присущей ему жизненной стратегией на минимизацию страданий с помощью «терапии» [Brossard, Sallee, 2020]. Терапевтической культуре соответствует типаж человека психологического, это «технократ,

убежденный в том, что применение правильных средств в правильное время может распутать темную природу наших эмоций» [Аронсон, 2020: 24].

Тенденции терапевтизации, очевидно, усиливаются в антураже и посредством развития современных медиакоммуникаций. Современные медиа дают возможность вещания множеству психологов разного уровня профессионализма, призывающих неустанно реализовывать заботу о себе [Vuolanto, 2020]. Медиасреда способствует популяризации дискурса терапии, а платформы для производства нарративов удобны не только для освоения данного дискурса, но и для осмысления и манифестации себя в его терминах. Поскольку «манифестация самости становится чрезвычайно значимой для человека позднего модерна» [Добровольский, 2019: 243], современные пользователи интернета и социальных сетей тематизируют свое Я в терминах терапии. Вероятно, это связано с органичностью данного дискурса упомянутым выше трендам, его Я-центрированностью. Как пишет О. Симонова, «научная и практическая психология, психотерапия оказываются одним из доступных языков говорения об эмоциях на быденном уровне» [Симонова, 2018: 371]. Кроме того, получают распространение всевозможные «терапевтические» сообщества, блоги, так называемые женские круги и т.п., которые предлагают эмоциональную поддержку, а также «нормализуют» и «объясняют» повседневность посредством реализации различных практик.

Терапевтизация обществ происходит на фоне актуальных мировых событий, создающих перманентную ситуацию неопределенности и переживаний. Согласно Симоновой, «осознание рисков, сопровождающих социальные изменения, выражается в усилении страха и тревоги, озабоченности будущим» [Симонова, 2018: 371], что, возможно, подстегивает дискурс терапии к интенсификации и в то же время дает основания для поиска его интердискурсивных стратегий. Контекст настоящего исследования составили события после 24 февраля 2022 года, которые мы обозначаем в статье как кризисные условия, понимаемые как значительное коллективное потрясение, в восприятии и интерпретации которого дискурс терапии занимает или способен занять значимое место.

### **Дискурс терапии в контексте кризисных условий: содержание и стратегии**

Информационной базой для нашего исследования выступили тексты психологов в социальных сетях, доступные широкому кругу читателей (находятся в открытом доступе, могут быть найдены по тегам и т.п.). Мы включили в рассмотрение тексты тех авторов, которые имеют собственную аудиторию подписчиков и регулярно размещают сообщения, взаимодействуют со своей аудиторией как с читателями и потенциальными клиентами. Тексты отбирались по следующим критериям: а) количество подписчиков на личный профиль в одной из популярных социальных сетей — не менее 10 тыс. человек; б) «активный» профиль — дата последней публикации до февраля



2022 года не позднее 1 января 2022 года, частота публикаций: раз в месяц или чаще; в) автор — практикующий психолог — есть возможность связаться с ним и записаться на консультацию<sup>1</sup>. В соответствии с заявленными критериями мы отобрали 23 текста, размещенных с февраля по март 2022 года. Данный период представляется нам наиболее показательным в отношении кризисных условий, ярко отраженных в тот момент в новостной повестке.

Мы осознаем, что терапевтический дискурс в контексте его звучания в массовой литературе и онлайн-среде становится популяризованным и его только отчасти можно связать с практиками консультирования психологов. В этой связи информационная база была дополнена серией интервью (все-го 11 интервью, проведены онлайн, доступная выборка) с практикующими психологами различных направлений терапии, консультирующими клиентов из России. Нам показалось значимым обнаружить созвучия в онлайн-текстах и высказываниях психологов в интервью, чтобы уточнить содержание терапевтического дискурса в разных ситуационных контекстах.

Объект исследования был обозначен как терапевтический дискурс психологов в кризисных условиях. Наше намерение состояло в описании специфики содержания, то есть словаря и идейных ориентиров дискурса терапии в актуальных кризисных условиях, а также в выявлении стратегий, присущих терапевтическому дискурсу в отношении смежных дискурсов. В том числе было рассмотрено, какие рекомендации, техники self-help и заботы о себе будут предложены психологами в качестве дискурсивной реакции на события конца февраля 2022 года, повлекшие коллективное потрясение.

## **Словарь и идейные ориентиры терапевтического дискурса в кризисных условиях**

Распространение терапевтического дискурса в культуре и соответствующий ему «поворот» внимания социальных ученых были упомянуты нами в описании теоретических основ настоящего исследования. В нашем понимании содержания терапевтического дискурса мы опираемся на работы коллег в этой области — Е. Иллуз, Ю. Лернер, П. Аронсон и других. Специфика актуальных условий в России предполагает рассмотрение составляющих и стратегий данного дискурса с возможными акцентами, свидетельствующими об остроте и нетипичности событий, происходящих после 24 февраля 2022 года. Если дискурс терапии изначально ориентирован на преодоление личностного кризиса, то в нынешних условиях он столкнулся с коллективным потрясением, и нам представляется значимым очертить содержание дискурса с уточнением возможных характерных акцентов.

Для раскрытия специфики содержания терапевтического дискурса в кризисных условиях был выявлен его словарь и идейные ориентиры. Обращение

<sup>1</sup> Отметим, что в социальной сети имеет место самопрезентация в качестве консультирующего психолога, но не всегда есть информация об образовании, сертификации предоставляемых услуг консультирования.

к словарю и скрепляющим его идейным ориентирам отвечает принципам критического дискурс-анализа, в котором дискурс образован как сплетение словоформ и идеологем [Fairclough, 2003]. Представленные в текстах термины связаны между собой и прямо или опосредованно указывают на идейные ориентиры, то есть на присущую данному дискурсу идеологию [Чудова, 2022].

В Таблице 1 представлен словарь терминов, специальных слов, типичной лексики, которая была выявлена в рассмотренных текстах, опубликованных психологами в социальных сетях в феврале — марте 2022 года.

Таблица 1

**Словарь терапевтического дискурса в кризисных условиях.  
Некоторые акценты**

Категория	Частота (сколько раз встретилось)	Значение в дискурсе
«чувства», «чувствовать», «эмоции» «беспомощность» «злость» «ярость» «боль» «бессилие» «гнев» «страдания»	<b>44</b> <b>5</b> <b>4</b> <b>4</b> <b>4</b> <b>4</b> <b>3</b> <b>3</b>	Терапевтический дискурс имеет дело с эмоциональным состоянием клиента, предлагает различные техники работы с собственным состоянием клиента. «Чувства» в кризисных условиях представлены спектром, раскрывающим переживание происходящего.
«тревога», «тревожность»	<b>26</b>	Наличие подобных словоформ можно трактовать как обобщенное описание переживания кризисного состояния, используется терапевтический синоним страха, подверженность страху.
«страх»	<b>16</b>	В терапевтическом дискурсе чувство страха понимается в качестве отражения внутреннего состояния смятения: страх за «будущее», страх за физическую, материальную безопасность и т.д.
«поддержка» «заботы» «о теле» «о психике» «обнимать друг друга» «сочувствие»	<b>16</b> <b>7</b> <b>11</b> <b>4</b> <b>5</b> <b>1</b>	Данная словоформа в терапевтическом дискурсе используется по отношению к самому себе и реже — к другим.
«дышать», «вдыхать и выдыхать», «дыхание», «вдооооо-выдооооо»	<b>14</b>	Регулярно упоминаемая в терапевтическом дискурсе техника работы над собой, самопомощи через тело, которая, очевидно, ориентирована на выход из состояния тревоги и страха.



Окончание табл. 1

Категория	Частота (сколько раз встретилось)	Значение в дискурсе
«контроль» «ресурсы» «позитив»	<b>12</b> <b>5</b> <b>2</b>	В терапевтическом дискурсе подразумевается умение распределять ресурсы, в изучаемых кризисных условиях «контроль» отсылает прежде всего к преодолению состояния страха и тревоги, стремление к «позитиву» как маркеру комфорта.
«ограничивать», «ограничить» «переключиться» разрешить себе»	<b>11</b> <b>3</b> <b>2</b>	В соседстве со словоформой «контроль» отсылает к необходимости регуляции, дозирования информации и контактов в кризисных условиях, включает навык перенаправления внимания, способность, антонимом становится обратное состояние — «разрешить себе».
«переживания» «ощущения» «клиент»	<b>11</b> <b>4</b> <b>2</b>	В данном дискурсе переживания трактуются как «чувства» и «ощущения» «клиента», нуждающиеся в проговаривании, проработке с помощью различных техник.
«отношения» «ресурсы» «потеря» «травма»	<b>11</b> <b>5</b> <b>7</b> <b>4</b>	Взаимодействия с другими в терапевтическом дискурсе построены в логике обмена, накопления «ресурса» и избегания «травмы» и «потерь».
«уважение», «уважать»	<b>7</b>	В настоящем дискурсе понимается как соблюдение личных границ в отношении к другому мнению, в том числе касательно эмоций, возникающих в кризисных условиях.
«успокоиться» «выгорание» «истощение»	<b>9</b> <b>1</b> <b>1</b>	В текстах психологов «успокоиться» — одна из ключевых рекомендаций в кризисных условиях, «избавиться» от тревожности и не дойти до «выгорания» и «истощения».
«агрессия»	<b>9</b>	В контексте кризисных условий чувство, предполагающее активное неприятие происходящего, имеет характерный милитаристский оттенок.
«принятие» «адаптация»	<b>8</b> <b>5</b>	В терапевтическом дискурсе понимается как отсутствие агрессии и в целом активной реакции, «адаптация» к ситуации.
«техника»	<b>7</b>	Рекомендация психолога по реализации работы над собой для выхода из состояния тревожности и преодоления негативных чувств и состояний.

Жемчугова Анна Валерьевна, Чудова Ирина Александровна. Терапевтический дискурс психологов...

На Рисунке 1 приведена визуализация терапевтического дискурса в виде «облака слов»: составляющие дискурс словоформы представлены в текстах психологов, размер шрифта указывает на частоту упоминания. Визуализация позволяет зафиксировать акценты в дискурсе — на чувствах, тревоге, страхе и успокаивающих техниках дыхания. Предполагаем, что данные акценты свидетельствуют об актуальном переживании кризисности, представляет интерес и дальнейшее изучение темы с сопоставлением до- и посткризисных акцентов в текстах психологов.



**Рисунок 1.** Словарь терапевтического дискурса в кризисных условиях  
Источник: Визуализация авторов

Далее рассмотрим некоторые идейные ориентиры, то есть составляющие идеологии терапевтического дискурса психологов в кризисных условиях<sup>1</sup>. В версии дискурс-анализа Ш. Муфф и Э. Лаклау [Филиппс, Йоргенсен, 2008] идеологии проявляют себя в характерных фразах как «знаках» дискурса.

В текстах психологов встречаются выразительные с точки зрения идеологии суждения, например:

*«Позаботьтесь о себе»* (Текст № 6).

Согласно терапевтическому дискурсу, приоритет состояния Я (Self) безусловен, и существует абсолютная необходимость каждого поддерживать себя или приводить в нужное состояние — комфорта, счастья как комфорта. Данный идейный ориентир дает старт, настраивает на восприятие техник заботы о себе, то есть рекомендаций, которые даст психолог.

*«У меня психологический блог, где люди умеют уважать границы»*  
(Текст № 5).

<sup>1</sup> Курсивом здесь и далее — выдержки из текстов блогов и интервью с психологами. Отдельно пронумерованы фрагменты текстов социальных сетей и высказывания из интервью.





В этой фразе автор презентует место размещения терапевтического дискурса — это жанр в медиасреде, однако специфика жанра описывается именно в терминах выстраивания и поддержания личностных границ, то есть идейного ориентира автономии отдельных Я, независимо от контекста происходящего.

*«Зачем делать то, что только забирает вашу энергию и разрушает вас?» (Текст № 23).*

Данное суждение открывает нам идейный ориентир ресурсно-ориентированного Я, которое в терапевтическом дискурсе экономит и накапливает «энергию» в качестве своего главного интереса [Аронсон, 2020]. В кризисных условиях психолог призывает к не-действию, вернее, к реализации только и именно тех действий, которые помогают сохранить себя, посвящены заботе о себе.

*«Психологическая адаптация дарит вам возможность использовать внешние обстоятельства для внутренних изменений и, возможно, познакомиться с “новым собой”» (Текст № 2).*

Данное высказывание очень показательное — оно открывает специфику восприятия случившихся кризисных событий в терапевтическом дискурсе: необходимо адаптироваться к условиям, не стремиться преобразовать ситуацию, более того, использовать возникший кризис для саморазвития, для установления новых отношений со своим Я.

Мы обнаружили, что смысловое ядро терапевтического дискурса в кризисных условиях состоит в идее «принятия» происходящего:

*«Есть обстоятельства, которые нам неподвластны. Если мы не в силах изменить ситуацию и не можем что-то исправить, то нам остается или сдаться или принять. А как мы видим иногда и сдаться не ВЫХОДИТ» (Текст № 8).*

*«С принятием — значит, не будет сопротивления, значит все сложится наилучшим для нас образом» (Текст № 1).*

«Принятие» приносит «успокоение», в таком состоянии человек чувствует себя гораздо лучше, накапливается его «ресурс», он способен мыслить «положительно», «позитивно». В терапевтическом дискурсе в кризисных условиях можно подчеркнуть в качестве особо значимых такие идеи, как забота о теле, техники самопомощи, внутренние ощущения, поддержка себя, осознанность, контроль над эмоциями, и т.п. Иначе говоря, воспроизводятся все узнаваемые составляющие терапевтического дискурса, описанные в работах его исследователей [Аронсон, 2020; Лернер, 2011; Симонова, 2018], несмотря на экстраординарность обстоятельств.

Отвечая на вопрос о миссии, значении, задачах, психологи в интервью акцентировали внимание на том, что у них «помогающая» профессия и все ориентировано на то, чтобы «сделать жизнь лучше» посредством работы с чувствами и эмоциями клиента, проработки травм и обсуждения волнующих ситуаций, что демонстрирует следующая цитата:

*«Наверное, сохранить вменяемость наших клиентов, не дать им провалиться в травму, потому что то, что сейчас вот происходит — это, по сути, коллективная травма. Также, как вот поколение Второй мировой. И, скажем так, последствия мы будем чувствовать еще довольно долго. И вот наша задача сейчас — это не дать каждому отдельному человеку провалиться очень глубоко в эту травму и помочь сохранять человеку связь с реальностью, строить новые опоры, потому что старые очень часто перестают сейчас работать» (информант № 2).*

В контексте кризисных условий психолога и клиента объединяет то, что каждый из них как человек имеет свои потенциальные и реальные сложности, переживания, оценки. В таком случае перед психологом встает вопрос сохранения профессиональной роли и образа или выхода за его рамки — к морально-этическому, общественно-политическому — в собственных текстах, высказываниях. Приоритетом для психолога в данном случае становится “сделать легче”, минимизировать эмоциональные “потери”, оказывать помощь человеку вне зависимости от его взглядов.

*«При работе с клиентом лучше не озвучивать свою позицию. Если клиент спросит конкретно — “а что вы думаете”? Тут, конечно, от случая... Тогда можно еще как-то осветить, в целом. Личную позицию, ну, не очень этично, наверное, озвучивать, потому что все-таки психолог для клиента может быть таким человеком, на которого в какой-то степени нужно ориентироваться» (информант № 4).*

*«А в плане, если говорить про последние события, может ли специалист выразить мнение? Я думаю, что может. Ну, опять же, вне рамок терапии, там, не знаю, ходить куда-то на митинги либо писать что-то. Ну, как бы это выбор человека, вроде. Типа в демократической стране живем» (информант № 4).*

Проведенный анализ позволяет сказать, что в кризисных условиях терапевтический дискурс по своему содержанию остается симбиозом терминов и идей психотерапии и идеологии общества потребления или эмоционального капитализма, что согласуется с теоретическими положениями в исследовании данной тематики [Illouz, 2008; Furedi, 2004]. Специфика сегодняшнего состояния дискурса, однако, проявляется в том, что смещены некоторые акценты в терминах, больший вес у слов-состояний, характеризующих актуальные кризисные переживания, спектр упоминаемых эмоций указывает на общую



кризисность, нетипичность обстановки. В этой экстраординарной ситуации решения, выходы, предлагаемые терапевтическим дискурсом, впрочем, весьма типичны для него — направлены в основном на самоуспокоение и помощь себе.

В то же время мы полагаем, что ситуация кризиса, возникшая после 24 февраля 2022 года, провоцирует случаи выхода терапевтического дискурса за свои границы, когда психолог преодолевает/нарушает границы терапевтического дискурса — возможно, в силу собственных убеждений и подверженности коллективному потрясению. В этот момент словарь дискурса терапии наполняется другими, нетерапевтическими или не вполне терапевтическими суждениями. Далее рассмотрим, какие отношения терапевтического дискурса возникают со смежными дискурсами, проявившимися в сегодняшних кризисных условиях.

### **Интердискурсивность — отношения терапевтического дискурса со смежными дискурсами**

В процессе анализа в текстах психологов были выявлены характеристики, фрагменты словарей смежных, соседствующих с терапевтическим дискурсов. Тексты психологов, опубликованные в конце февраля — марте 2022 года, отличаются высокой степенью интердискурсивности — вероятно, это связано с кризисными условиями, в которых, как мы предполагаем, происходит смешение дискурсов. Идентификация соседствующих дискурсов здесь условна, основана на обнаружении элементов тематизаций, то есть слов и словосочетаний, не принадлежащих терапевтическому дискурсу.

В Таблице 2 перечислены нетерапевтические дискурсы, представленные в текстах психологов, зафиксированы фрагменты их словарей и некоторые характерные черты.

Таблица 2

**Нетерапевтические (смежные) дискурсы в текстах психологов**

<b>Дискурс</b>	<b>Словарь</b>	<b>Характерные черты</b>
Общественно-политический	«перемены в обществе», «стабильность», «мировая ситуация», «попытки переубедить», «другая реальность», «сироты», «за гранью нищеты», «население», «новейшая история», «открытое письмо»	Опирирует обобщенными социально-политическими и публицистическими терминами, фиксирует общественные состояния и тенденции, в том числе общественную дискуссию, общественное участие.
Милитаристский	«реальная угроза», «бунт», «разрушения», «нападать», «агрессор», «боевые действия», «враги», «бомбить», «спецоперация», *****	Тематизация военных действий, их локализации и повсеместности, присутствует официальная, заданная политическим курсом терминология описания происходящего.

Дискурс	Словарь	Характерные черты
Этико-моральный	«ценности», «добрые», «заботливые», «милосердие», «гуманитарная катастрофа», «разум и человечность», «принимающие руки», «сострадание», «сгорать от стыда», «большое горе», «сочувствие», «ответственность»	Актуализирует вопросы морали, моральных оценок и чувств, коллективен, подразумевает присутствие Я и Мы и их взаимоотношения.
Религиозно-мистический	«мучения», «с Богом», «Пространство», «Закон сохранения Жизни», «каждое Я является частью Мира», «помолитесь», «молитвословы», «вера»	Отсылает к области надмирского, абстрактен, догматичен, полон обобщающих и объясняющих суждений, субъект трансцендентен.
Повседневности	«выпила кофе», «позвонила маме», «почитать книжку своему ребенку», «уход за котами», «сестра мужа», «у меня тут двое детей».	Конкретен и наполнен подробностями каждодневных событий, дел и их участников.
Личностный	«мне сложно находить слова», «я в изумлении», «я разбита и раздавлена», «было сложно и страшно».	Дискурс эмоционирующего субъекта, артикулирующего свои чувства, но не предлагающего их объяснений или проработку (чем отличается от терапевтического дискурса).

В текстах были выделены некоторые интердискурсивные утверждения, в которых особенно наглядно преодолеваются границы терапевтического дискурса, обнаруживается их подвижность. В дискурс-анализе выделяют так называемые элементы — это знаки, которые полностью не зафиксированы, еще не перешли в «узловые точки» [Филиппс, Йоргенсен, 2008]. Мы полагаем, что элементы характерны именно для случаев интердискурсивности, например:

*«ПАНИКА ПОРОЖДАЕТ ХАОС! А хаос — это всегда война! Война начинается изнутри, с отсутствия БЕЗОПАСНОСТИ, с потери ВЕРЫ!»*  
(Текст № 1).

В подобных высказываниях мы видим соединение, даже переплетение терапевтического и ряда смежных дискурсов. Практикующий психолог прибегает к композиции элементов, присущих милитаристскому, общественно-политическому и религиозно-мистическому дискурсам, не отрицая идейных ориентиров терапевтического дискурса, переводя ракурс на внутреннее состояние Я. На Рисунке 2 представлена визуализация интердискурсивности — в центре терапевтический дискурс и соседствующие с ним дискурсы, словарь которых эпизодически вплетается в ткань текстов психологов.



**Рисунок 2.** Терапевтический дискурс. Интердискурсивность  
Источник: Визуализация авторов

Психологи тоже подвержены возникшим кризисным условиям, прибегают к смешению дискурсов в своих текстах, размещенных в медиа. Не представляется возможным выявить, намеренно ли это смешение, однако оно, в свою очередь, характеризует кризисную ситуацию, которая как таковая способствует нарушению границ, правил, жанров<sup>1</sup>.

*«Осознайте, что гнев, протест, осуждения ничего не изменят! МИР внутри себя» (Текст № 1).*

В данных формулировках ракурс смещается с общественно-политического на внутреннее состояние Я, интердискурсивность способствует преобразованию элементов — протест и мир становятся внутренними феноменами, их внешняя значимость уменьшается. Кроме того, интересно интердискурсивное переплетение терапевтического и морально-этического дискурсов — можно заметить, что такие элементы, как «милосердие», «воровство», «тяжелое сердце», присоединяются к терапевтическому для усиления его идейных ориентиров:

<sup>1</sup> Согласно современным исследованиям, терапевтический дискурс в российской среде в принципе фрагментарен, границы терапевтического и мистического часто подвижны, особенно в онлайн-среде [Карась, Лукина, Пушкарева, 2020]. Эта фрагментарность дискурса психологов, мы предполагаем, особенно ярко выражена в шоковый период после 24 февраля 2022 года.

*«Поддаться всеобщей истерии и “сжигать” себя, воруя себя у близких и мира. Быть милосердным к себе...с тяжелым сердцем и печалью. Но хочу вас попросить не отказываться от своей жизни. Пусть там будут маленькие радости — выпила кофе, позвонила маме, сходила на прогулку» (Текст № 4).*

В приведенном выше высказывании можно увидеть особый сюжет: морально-этический дискурс поглощен терапевтическим, и это усилено средствами дискурса повседневности.

*«Окружайте себя позитивными и здравомыслящими людьми— загрузите мозг любой другой позитивной информацией — составьте план, что вы будете делать в случае возникновения реальной угрозы» (Текст № 15).*

Показательно обозначение происходящего (кризисных условий) в текстах психологов средствами разных дискурсов — мы полагаем, что в возникшей неопределенности момента производится поиск, выбор категоризации — ситуация осложняется с учетом возникающих внешних ограничений цензуры. Множественность сопредставленных в текстах психологов дискурсов указывает на сложность восприятия и описания происходящих событий, на переживаемую кризисность условий. Однако отметим, что терапевтический дискурс, даже нарушая собственные границы, обретает себя, прибегая к различным стратегиям заимствования в интересах самовоспроизводства, что будет показано далее.

### **Стратегии нормализации кризисных условий — поддержание границ терапевтического дискурса**

Наше исследование выявило, что терапевтический дискурс в кризисных условиях после 24 февраля 2022 года прибегает к семантически противоположно направленным стратегиям — построенным на принятии или отрицании кризисных условий в качестве посылы и/или эффекта для читателя. С этими стратегиями сопряжены и рекомендации техник выхода из кризиса (или их отсутствие). Подчеркнем, что данные стратегии выявлены нами с ориентацией на заданную теоретическую оптику в изучении терапевтического дискурса [Лернер, 2011; Furedi, 2004], однако с учетом специфики ситуации и рассматриваемого текстового материала получены собственные выводы, отстоящие от сложившегося (особенно в западной научной среде) понимания социального значения терапевтического дискурса. Терапевтический дискурс исходно трактуется исследователями в русле эмансипации и активизации субъекта — в частности, в отношении организации работы над собой, усиления контроля и преодоления внутренних проблем [Illouz, 2008]. В данном случае, однако, большая часть стратегий дискурса направлена на нормализацию событий, происходящих после 24 февраля 2022 года, и в этом плане на деактивацию субъекта, как минимум в общественно-политическом отношении.



Далее перечислим три дискурсивные стратегии — «герметизации», «переописания» и «переключения внимания», — к которым прибегают психологи в своих текстах.

### **«Герметизация»**

Стратегия «герметизации» подразумевает описание кризисных условий сугубо в рамках словаря терапевтического дискурса. Такой стратегии соответствует разной степени подробности описание кризисных событий в терминах тревожности, ориентиров на стабилизацию внутреннего состояния Я. Обязательная примета этой стратегии — акцент на рекомендациях психолога, то есть техниках снятия тревожности, успокоения. Рекомендации психолога отсылают к необходимости работы над собой, как в следующей цитате:

*«Техника от тревожности. В своей практике я иногда использую технику ДПДГ-десенсибилизация и переработка движением глаз. Это техника используется при посттравматических расстройствах, тревоги, стрессе, фобиях, психосоматики, эмоциональном выгорании, истощение и других случаях. Хочу вам дать это упражнение. Оно поможет успокоиться, быстрее принять информацию и события, которые происходит в вашей жизни» (Текст № 11).*

*«Я бы порекомендовала дыхательные упражнения практиковать, это всегда помогает. Это универсальный, можно сказать, способ борьбы с тревогой. Вот, в принципе, это техники осознанности. Я бы могла посоветовать физические упражнения и нагрузки, которые будут, я бы сказала, вот именно там самые такие базовые, легкие. Потому что, когда человек занимается, физическая нагрузка, тренировками и даже легкими, начинает вырабатывать гормон стресса. И, собственно говоря, он таким образом освобождает организм от напряжения и от количества стресса, который он накопил в течение дня. И, собственно говоря, уделять себе больше времени» (информант № 6).*

### **«Переописание»**

При стратегии «переописания» происходящего и его восприятия в терапевтическом дискурсе в различных вариациях реализуется прием заимствования из смежных дискурсов, включение их элементов. С каждым дискурсом в таком случае устанавливаются особые отношения, в которых терапевтический так или иначе преобладает.

*«Чем больше мы все сейчас “играем в войну”, тем больше мы теряем своего драгоценного ресурса» (Текст № 11).*

«Ресурс» как термин и как идея указывает на рыночное мироустройство, которое терапевтический дискурс заключает в себе в качестве идеологии.

Испытывая чувство паники, реагируя таким образом на событие, мы лишаем себя возможности потреблять блага.

*«Ресурс не бесконечен, и он уменьшился из-за изменения мировой ситуации. В глобальной картине вещей ваш разговор вряд ли на что-то повлияет, а вот ваши отношения напрямую зависят от того, как вы выстраиваете коммуникацию. Мы можем усугубить свою жизнь и ее качество, если начнем “впадать” в состояние диванных критиков» (Текст № 1).*

Один из выводов при изучении стратегии нормализации, к которой прибегает терапевтический дискурс, касается «переописания» общественно-политического миропонимания, присущего соответствующему дискурсу. Мы видим интерпретацию кризисных условий, которые не подлежат какому-либо вмешательству со стороны Я, также ограничивается и подвергается сомнению просмотр медиа, участие в обсуждении происходящего и т.д. Согласно суждению психолога, «клиенту» не следует давать оценку происходящим в обществе событиям, включаться в обсуждения («диванные»). Отметим, что даже участие в обсуждении преподносится в дискурсе как «впадение в состояние», «переописание» проявляет себя в нюансах формулировок.

*«...Политика — это огромная страшная машина, живущая по своим законам. Не лезьте туда» (Текст № 23).*

Данная стратегия предполагает упоминание общественно-политического дискурса с эффектом его нейтрализации:

*«А вот, от того, как мы воспримем, зависит дальнейшее качество жизни. С принятием — значит, не будет сопротивления, значит все сложится наилучшим для нас образом. С бунтом — ну, значит, попадем под раздачу и будем “перемолоты” обстоятельствами. Залог счастливого будущего — это спокойствие, доверие, принятие, вера, любовь и поддержка близких» (Текст № 1).*

Мы вновь видим стратегию «переописания» с акцентом на не-действие субъекта, кроме того, в данном случае психолог подключает перечисление ценностей, апеллируя к идеям и словарю морального дискурса, который укрепляет призыв к не-действию, само возможное действие в кризисных условиях, направленных вовне, категоризируется как сопротивление и бунт.

*«Здесь не место выкрикам и лозунгам, здесь место только ПРИНЯТИЮ ОБСТОЯТЕЛЬСТВ...; Самое важное, что сейчас можно сделать — это сместить фокус со страха и борьбы с ветряными мельницами, с осуждения и негодования на МИР внутри себя и поддержку своих близких» (Текст № 1).*





Таким образом общественно-политический дискурс «замыкается» внутри индивида через терапевтический дискурс. И именно внутри происходят «действия», означающие изменение состояний Я: после чувств страха и негодования — осознание, принятие и т.п.

Интересный эффект переописания происходит при привлечении религиозно-мистического дискурса — для укрепления отмежевания от общественно-политического. Общественно-политическая жизнь преподносится как божественная стихия — недоступная, загадочная и мистическая. Сфера общественного и политического в таком ракурсе подается как сакральная, управляемая высшими силами и, в сущности, требующая принятия субъектом через самоуспокоение.

*«[Перемены] неизбежны, потому что есть время, есть жизнь и они диктуют свои правила» (Текст № 1).*

Рекомендации психолога при такой стратегии привязаны к самоограничению интереса и обращения к информации, остается основной посыл, характерный для стратегии нормализации как таковой — успокоение себя: *«Ограничьте время, которое вы тратите на просмотр новостей»; «Помогает не думать или говорить, а писать или рисовать»; «Погладьте себя по груди, скажите себе несколько поддерживающих добрых слов»; «Молитесь, медитируйте».*

### **«Переключение внимания»**

Для стратегии «переключения внимания» характерно вытеснение проблемы кризисных условий из дискурса: смена приоритетов и апелляция к базовому знанию («войны были всегда», «всей правды мы никогда не узнаем»). Данная стратегия включает в себя упоминание расстановки приоритетов как альтернатив: либо отношения с близкими (преподнесено как элемент дискурса повседневности), либо состояние тревоги, бунта, разрушения. Проиллюстрируем цитатами из текстов психологов:

*«Осознайте, что гнев, протест, осуждения ничего не изменят!!! Они только разрушат вас и ваших близких» (Текст № 1).*

*«Не бойтесь говорить: “Я тебя люблю/ты мне дорог, поэтому я не хочу, чтобы политика вставала между нами. Пожалуйста, давай не будем касаться этой темы”» (Текст № 12).*

Характерным приемом становится апелляция к некому базовому житейскому знанию, нормализация происходит по линии «так было всегда», кризисные условия в таком случае не могут считаться экстраординарными, например:

*«Где-то происходит конфликт. Но важно понимать, что вот эти конфликты, они происходят всегда, всю историю человечества, просто сейчас он к нам ближе территориально, просто сейчас мы ощущаем*

*больше последствий. А по факту люди воют всегда, вот я сколько могу оценить свою жизнь (мне 29), всегда на протяжении этих 29 лет где-то происходят военные действия»* (информант № 2).

Переключение внимания на «здесь и сейчас» повседневность и близких, составляющих ее, оказывается существенным приемом данной стратегии нормализации:

*«Самое главное — надо заботиться о себе, несмотря на то что происходит, и делать то, что важно для вас сейчас, здесь, чтобы внести какую-то определенность»* (информант № 4).

Данной стратегии соответствует множество рекомендаций — техник по переключению с тревожности, «разрушения», с самого мыслительного процесса: *«Если хотите помочь-помогайте живым людям»; «Переключаем внимание на дыхание, наблюдаем как воздух входит и выходит через нос, как двигаются плечи, грудная клетка, живот и как только мысли снова зацепят, снова»; «Займитесь по возможности обычными делами»; «Проводите время с любимыми обнимайтесь, общайтесь, поддерживайте друг друга».*

### **Стратегия проблематизации кризисных условий — выход за границы терапевтического дискурса**

Важно отметить наличие в текстах психологов противоположной дискурсивной стратегии — проблематизации кризисных условий, которая была выявлена нами лишь в трех текстах социальной сети (из 23) и проявила себя также в некоторых высказываниях в интервью. Эта стратегия ставит проблему событий, происходящих после 24 февраля 2022 года, в центр повествования, при этом — что важно — терапевтический дискурс оказывается невыраженным, присутствует в минимальном виде. Психолог, от имени которого ведется блог, выходит за рамки своего дискурса, покидает его, обращаясь к другим дискурсам, чтобы выразить свое отношение к происходящему:

*«Я сейчас мысленно с каждым из своих друзей и коллег, кто вздрагивает от разрывов, кто умирает от страха за родных. \*\*\*\*\* — это гуманитарная катастрофа. Ее нельзя оправдать ничем, никакими идеями, никакой историей, никакими “а вот они”. Я в изумлении от людей, говорящих: зачем вы лезете в политику. Это не политика. Это новые сироты. Это новые могилы. Это новые тысячи людей с ПТСР. Это миллионы людей за гранью нищеты — а значит, опять сироты... я сама чувствую только боль и ярость. Никакой сейчас из меня хелпер, простите»* (Текст № 9).

Здесь мы наблюдаем соединение личностного, этико-морального и общественно-политического дискурсов, а терапевтический представлен лишь



«фрагментом» — словом «ПТСР». Стратегия проблематизации, что примечательно, опровергает все пропозиции, на которых стоят стратегии нормализации.

Кроме того, для стратегии проблематизации характерен прием метафоризации, например, обращение к изложению сюжета кинофильма, как в следующем примере текста психолога:

*«Люди, спасаемые героем, в большинстве своем принимают жизнь под властью дракона вполне терпимой. С жестокостью и притеснениями они свыклись, каждый надеется, что хуже не будет. Ведь вступать с драконом в бой — верная смерть... Лишившись одного тирана, они идут под власть другого. Герой с удивлением обнаруживает — для того, чтобы освободить людей, убить дракона недостаточно. У меня все. О ситуации, о мире, о нас» (Текст № 7).*

Показательно, что рекомендации психолога, техники самопомощи в текстах с выраженной стратегией проблематизации фактически отсутствуют. Это свидетельствует о ненормальности ситуации — ожидание читателя увидеть рекомендации по самонормализации в текстах психолога в этих случаях нарушается.

## Заключение

Перечислим некоторые тренды, обнаруженные нами в процессе критического дискурс-анализа текстов психологов. Эти выводы с учетом предварительного характера исследования могут считаться гипотетическими, нуждающимися в дополнительной проверке, однако обладающими определенным диагностическим потенциалом в отношении дискурсов, нормализующих события после 24 февраля 2022 года.

**Во-первых, в рассмотренных текстах производится вытеснение общественно-политического дискурса терапевтическим.** Последний декларирует сосредоточение на себе, на своем Я, поскольку, согласно идеологии терапевтического дискурса, происходящее с Self клиент может (и ему необходимо) контролировать. Процессы и события внешнего мира в таком случае подаются и понимаются как второстепенные, фоновые. Собирательное обозначение всей возможной общественно-политической жизни — «политика», «не лезть в политику» — также свидетельствует о вышеупомянутом вытеснении. Бунты, протесты, смирение в терапевтическом дискурсе психологов происходят внутри индивида и переживаются им как его собственные чувства и эмоции. Отметим, что итогом «работы над собой» не становится некое новое знание, обсуждение или какая-либо активность субъекта, «позитивным» итогом считается успокоенность, внутренний комфорт, не-действие.

**Во-вторых, в рассмотренных текстах с преобладанием терапевтического дискурса редуцируется моральный дискурс, что проявляется в смещении акцента на Я, уменьшении значимости состояния Других.** Мы полагаем, что с подачи дискурса терапии укрепляется центрированность

на собственном Я, успех в жизни которого зависит от того, насколько Я сумело «понять себя», научилось рационально управлять своими «чувствами и эмоциями». Кризисные события, происходящие после 24 февраля 2022 года, рассматриваются именно сквозь такую призму: состояние Других зачастую не актуализируется, словарь морального дискурса в текстах психологов подчинен идеологии терапевтизации.

***В-третьих, наше исследование зафиксировало преобразование религиозно-мистического в терапевтический дискурс, привлечение религиозного и мистического для терапевтической трактовки происходящих событий.***

Терапевтический дискурс в кризисных условиях наращивает свою убедительность тем, что в нем происходят заимствования из лексики религиозно-мистического дискурса. Среди примеров — апелляция к практикам молитв, медитаций, употребление слов «Бог», «Пространство», «закон Жизни». Психологи трактуют происходящие в общественно-политической жизни события в том числе как мистическую силу стихийного характера, нуждающуюся в спокойном принятии.

***Наконец, мы утверждаем, что придается особая значимость дискурсу повседневности за счет обращения к нему и «возвращения» в него клиентов в терапевтическом дискурсе.*** Нам удалось обнаружить, что у терапевтического дискурса наблюдается определенная спаянность с дискурсом повседневности — например, предлагаются техники, нацеленные вернуть внимание Я к «телу» или его повседневной жизни. Для преодоления тревог и страхов психологи рекомендую позволить себе «приятные мелочи» повседневности, задается альтернатива — либо повседневность и близкие люди, либо саморазрушение в переживаниях кризисных событий. Таким образом, повседневности придается особый вес, когда наибольшей важностью для эмоционального благополучия Я объявляется то, что происходит именно здесь и сейчас, во дворе, квартире или комнате (а не на мировой арене).

Проведенный анализ позволил нам обнаружить специфичность идейных ориентиров терапевтического дискурса в настигших нас кризисных условиях: переживание (страха, тревоги, гнева и т.д.) преподносится как естественное, но временное состояние, из которого Я-центрированный дискурс терапии предлагает выход в виде различных рекомендаций-техник. В свете дискуссий о том, какую роль играет терапевтический дискурс в актуализации политического и гражданского [Сложные чувства... 2021], по итогам исследования мы приходим к выводу, что в изученных текстах психологов события, происходящие после 24 февраля 2022 года, в основном нормализуются, сужается пространство для их критического восприятия. Психологи в своих суждениях успокаивают, а не побуждают субъекта на какую-либо «нетерапевтическую» актуализацию. Вероятно, этот эффект характерен именно для российского культурного и событийного контекста.

## Литература

- Аронсон П. Любовь: сделай сам. Как мы стали менеджерами своих чувств. М.: Individuum, 2020.
- Бариле Н. Брендинг «Я» в эпоху эмоционального капитализма. Эксплуатация «проекторов» от риторики double-bind к гегемонии исповеди // Логос. 2015. Т. 25. № 3. С. 138–161.



Добровольский М. Спиритуалистическая этика и новый дух капитализма // Социологическое обозрение. 2019. Т. 18. № 4. С. 231–262. DOI: <https://doi.org/10.17323/1728-192x-2019-4-231-262> EDN: [IPVWHN](#)

Исмагилова Ю. В. Современное состояние законодательства в сфере оказания населению психологической помощи населению // Российское право: образование, практика, наука. 2022. № 1. С. 94–117.

Карась И. С., Лукина А. А., Пушкарева В. И. Особенности психологической помощи в социальной сети Instagram // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Филология, педагогика, психология. 2020. № 4. С. 103–114. EDN: [GAECZZ](#)

Лернер Ю. Теле-терапия без психологии, или как адаптируют Self на постсоветском телеэкране // Laboratorium: Журнал социальных исследований. 2011. Т. 3. № 1. С. 124–133. EDN: [NXVMTB](#)

Симонова О. Изучение эмоций как область междисциплинарной интеграции: история и социология в поисках объяснения «эмоционального поворота» (к выводу русского перевода книги Яна Плампера «История эмоций») // Социологическое обозрение. 2018. Т. 17. № 3. С. 356–378. DOI: <https://doi.org/10.17323/1728-192X-2018-3-356-378> EDN: [YNNFPN](#)

Сложные чувства. Разговорник новой реальности: от абьюза до токсичности / Под ред. П. Аронсон. М.: Individuum, 2021.

Солдатова В. И., Яницкий М. С., Серый А. В., Фомин А. Г. Текст как средство дистанционного психологического консультирования: язык и смысловое содержание тематических блогов // Вестник Кемеровского государственного университета. 2021. Т. 23. № 3. С. 729–739. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2021-23-3-729-739> EDN: [XDGRRO](#)

Филлипс Л., Йоргенсен М. Дискурс-анализ. Теория и метод. Х.: Гуманитарный центр, 2008.

Чудова И. А. Постмодернистский ракурс в методологии. Методологические подходы и составляющие их теории: учебное пособие. Н.: Издательско-полиграфический центр НГУ, 2022.

Brossard B., Sallee N. Sociology and Psychology: What Intersections? // European Journal of Social Theory. 2020. Vol. 23. № 1. P. 3–14. DOI: <https://doi.org/10.1177/1368431019844869>

Fairclough N. Analysing Discourse. Textual Analysis for Social Research. London; New York: Routledge, 2003.

Furedi F. Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age. London: Routledge, 2004. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7426.1293>

Illouz E. Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help. Berkeley: University of California Press, 2008.

Vuolanto P., Bergroth H., Nurmi J., Salmenniemi S. Reconfiguring Health Knowledges? Contemporary Modes of Self-Care as “Everyday Fringe Medicine” // Public Understanding of Science. 2020. Vol. 29. № 5. P. 508–523. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963662520934752>

### Сведения об авторах:

**Жемчугова Анна Валерьевна** — бакалавр, Новосибирский государственный университет, Новосибирск, Россия; независимый исследователь, Бат-Ям, Израиль. **E-mail:** [a.zhemchugova14@gmail.com](mailto:a.zhemchugova14@gmail.com).

**Чудова Ирина Александровна** — кандидат социологических наук, независимый исследователь, Алматы, Казахстан. **E-mail:** [dauza14@gmail.com](mailto:dauza14@gmail.com). **РИНЦ Author ID:** [705010](#); **ORCID ID:** [0000-0002-2192-8946](#); **ResearcherID:** [ABG-5979-2020](#).

Статья поступила в редакцию: 13.03.2023

Принята к публикации: 15.06.2023

ВАК: 5.4.1, 5.4.6

## Therapeutic Discourse of Psychologists in the Context of Crisis: Normalization of Non-Action

DOI: 10.19181/inter.2023.15.2.1

**Anna V. Zhemchugova**      Novosibirsk State University, Novosibirsk, Russia;  
Independent Researcher, Bat-Yam, Israel  
E-mail: a.zhemchugova14@gmail.com

**Irina A. Chudova**      Independent Researcher, Almaty, The Republic of Kazakhstan  
E-mail: dauza14@gmail.com.

*This study examines therapeutic discourse, which is presented in the texts of psychologists in the context of crisis conditions associated with the Russian and world news and event agenda of the period end of February — April 2022. The purpose of the study was to reveal and describe the content of therapeutic discourse, to identify which methods (strategies) to normalize crisis conditions it refers to resorting, and whether the opposite happen — when the crucial events taking place are sharpened as a problem. The analysis of the material of blogs (Russian — language texts of psychologists posted on social networks for the period end of February — beginning of March) and interviews with practicing psychologists (11 interviews, collected in March— April 2022). Critical discourse analysis allowed to identify and describe the specifics, characteristic vocabulary and ideological guidelines of therapeutic discourse in crisis conditions, detect its interdiscursivity. A separate emphasis was placed on the description of therapeutic discourse in relation to socio-political, ethical-moral and other neighboring discourses, the following strategies of normalization of the crisis situation inherent in therapeutic discourse were identified — “sealing”, “re-description”, “attention switching”, the opposite discursive strategy — problematization was also outlined. In addition, the recommendations of psychologists (the so-called “techniques”) are considered in relation to how the texts interpreted the events occurring after February 24, 2022 from the point of view of their normalization.*

**Keywords:** discourse of therapy; therapeutization; therapeutic culture; vocabulary of discourse; ideological guidelines; interdiscursivity; normalization strategies; problematization strategy

### References

- Aronson P. (2020) *Lyubov': sdelay sam. Kak my stali menezherami svoih chuvstv* [Love: Do It Yourself. How We Became the Managers of Our Feelings]. Moscow: Individuum. (In Russ.)
- Aronson P. (2021) *Slozhnye chuvstva. Razgovornik novej real'nosti: ot ab'yuzha do toksichnosti* [Complicated Feelings. Phrasebook of a New Reality: From Abuse to Toxicity]. Moscow: Individuum. (In Russ.)
- Barile N. (2015) Brendirovanie “Ya” v epohu emocionalnogo kapitalizma. Eksploataciya “pros'yumerov” ot ritoriki double-bind k gegemonii ispovedi [Branding the Self in the Age of Emotional Capitalism. The Exploitation of “Prosumers”, from the Rhetoric of “Double Bind” to the Hegemony of Confession]. *Logos* [Logos]. Vol. 25. No. 3. P. 138–161. (In Russ.)
- Brossard B., Sallee N. (2020) Sociology and Psychology: What Intersections? *European Journal of Social Theory*. Vol. 23. No. 1. P. 3–14. DOI: <https://doi.org/10.1177/1368431019844869>
- Chudova I. A. (2022) *Postmodernistskij rakurs v metodologii. Metodologicheskie podhody i sostavlyayushchie ih teorii: uchebnoe posobie: dlya studentov magistratury otdeleniya sociologii po discipline “Istoriya i metodologiya sociologii”* [Postmodern Perspective in Methodology. Methodological Approaches and Their Constituent Theories: Textbook: for Graduate Students]. Novosibirsk: Izdatelsko-Poligraficheskij centr NGU. (In Russ.)



Dobrovolskij M. (2019) Spiritualisticheskaya etika i novyj duh kapitalizma [The Spiritual Ethic and the Spirit of Late Capitalism]. *Sociologicheskoe obozrenie* [Sociological review]. Vol. 18. No. 4. P. 231–262. DOI: <https://doi.org/10.17323/1728-192x-2019-4-231-262> (In Russ.)

Fairclough N. (2003) *Analysing Discourse. Textual Analysis for Social Research*. London; New York: Routledge.

Fillips L., Jorgensen M. (2008) *Diskurs-analiz. Teoriya i metod* [Discourse Analysis As Theory and Method]. Kharkov: Gumanitarnyj Centr. (In Russ.)

Furedi F. (2004) *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7426.1293>

Illouz E. (2008) *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help*. Berkeley: University of California Press.

Ismagilova Yu.V. (2022) Sovremennoe sostoyanie zakonodatel'stva v sfere okazaniya naseleniyu psihologicheskoy pomoshchi [The Current State of Legislation in the Field of Psychological Assistance to the Population]. *Rossijskoe pravo: obrazovanie, praktika, nauka* [Russian Law: Education, Practice, Researches]. No. 1. P. 94–117. (In Russ.)

Karas' I.S., Lukina A.A., Pushkareva V.I. (2020) Osobennosti psihologicheskoy pomoshchi v social'noj seti Instagram [On Some Aspects of Psychological Assistance on Instargam]. *Vestnik Baltijskogo federalnogo universiteta im. I. Kanta. Filologiya, pedagogika, psihologiya* [IKBFU's Vestnik. Philology, Pedagogy, Psychology]. No. 4. P. 103–114. (In Russ.)

Lerner Yu. (2011) Tele-terapiya bez psihologii, ili kak adaptiruyut Self na postsovetskom teleekrane [TV Therapy Without Psychology: Adapting the Self in Post-Soviet Media]. *Laboratorium: Zhurnal social'nyh issledovanij* [Laboratorium: Russian Review of Social Research]. Vol. 3. No. 1. P. 124–133. (In Russ.)

Simonova O. (2018) Izuchenie emocij kak oblast' mezhdisciplinarnoj integracii: istoriya i sociologiya v poiskah obyasneniya "emocional'nogo povorota" (k vychodu russkogo perevoda knigi Yana Plampera "Istoriya e`mocij") [The Study of Emotions as an Area of Interdisciplinary Cooperation: The History and Sociology of Emotions in the Search for the Explanation of "Emotional turn" (On The Russian Translation of the Jan Plamper's The History of Emotions)]. *Sociologicheskoe obozrenie* [Sociological Review]. Vol. 17. No. 3. P. 356–378. DOI: <https://doi.org/10.17323/1728-192X-2018-3-356-378> (In Russ.)

Soldatova V.I., Yanickij M.S., Seryj A.V., Fomin A.G. (2021) Tekst kak sredstvo distancionnogo psihologicheskogo konsul'tirovaniya: yazyk i smyslovoe sodержание tematiceskikh blogov [Text As a Means of Remote Psychological Counseling: Language and Semantics of Feature Blogs]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta* [Bulletin of Kemerovo State University]. Vol. 23. No. 3. P. 729–739. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2021-23-3-729-739> (In Russ.)

Vuolanto P., Bergroth H., Nurmi J., Salmenniemi S. (2020) Reconfiguring Health Knowledges? Contemporary Modes of Self-Care as "Everyday Fringe Medicine". *Public Understanding of Science*. Vol. 29. No. 5. P. 508–523. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963662520934752>

### Authors bio:

**Anna V. Zhemchugova** — Bachelor in Sociology, Novosibirsk State University, Novosibirsk, Russia; Independent Researcher, Bat-Yam, Israel. **E-mail:** a.zhemchugova14@gmail.com.

**Irina A. Chudova** — Candidate of Sociology, Independent Researcher, Almaty, The Republic of Kazakhstan. **E-mail:** dauza14@gmail.com. **RSCI Author ID:** 705010; **ORCID ID:** 0000-0002-2192-8946; **ResearcherID:** ABG-5979-2020.

**Received:** 13.03.2023

**Accepted:** 15.06.2023