

«Психологическая лаборатория» А.И. Солженицына

Л.А. Пергаменщик

доктор психологических наук, профессор, декан факультета психологии
Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка

В статье представлен опыт анализа процесса переживания и преодоления кризисных событий жизненного пути. Процесс преодоления изучен посредством вхождения в психологическую экспериментальную лабораторию А.И. Солженицына, записанного автором в повести «Один день Ивана Денисовича».

Ключевые слова: страдание, переживание, преодоление, время, нравственность, кризисная ситуация, нарратив, поступок, рефлексия, автор, герой.

В последней четверти XX века исследовательское внимание кризисных психологов перешло от «пострадавших» к самостоятельно «выжившим», и психологи приступили к поиску кода выживания. Ростки новой парадигмы мы обнаруживаем у В. Франкла в его концепции «**выживание через веру в себя**», у П. Тиллиха в концепции «**мужество быть**». Следующее поколение ученых для объяснения успешности преодоления людьми стрессовых ситуаций жизненного пути выдвигало различные объяснительные механизмы. Так, Уолтонский предложил концепт «**чувство связанности**» [12; 24; 25], С. Мадди — «**жизнестойкость**» [11; 26], Дж. Гринберг — «**решительность**» [5].

Перед учеными-исследователями в очередной раз встала проблема проникновения в область человеческих страданий. Насколько это возможно? Нельзя не согласиться с точкой зрения известного литературоведа Г. Чхарташвили, который писал, что изучение душевных страданий может быть организовано «наблюдателем», который себя к данному виду вроде бы не относит, а потому может рассматривать происходящее с чисто научным интересом — не сопереживать, регистрировать факты» [22, с. 17].

В данной статье мы предлагаем «войти» в экспериментальную лабораторию писателя для изучения человеческих страданий. Писатель¹ каким-то образом проникается к человеческому поведению, «видит», чувствует, сопереживает и раскрывает механизмы страдания и преодоления, победы или поражения. В тексте писателя прослеживается механизм «активного эмоционально-волевого отношения к внутренней определен-

ности человек» [2, с. 96]. Лаборатория писателя подробно проанализирована в работе «Автор и герой в эстетической деятельности» [2] М.М. Бахтиным, чьи тексты выходят далеко за пределы эстетики и для многих психологов, изучающих феномены «страдания», «переживания», «диалога», стали настольными книгами.

Таким образом, мы имеем право рассматривать литературное произведение как текст жизни, записанный квалифицированным «свидетелем». Задача психолога-исследователя — «прочитать» этот текст, отнестись к нему бережно, не пропустить важные детали, минимизировать влияние знания, которым обладал до текста.

Как правило, на каждый талантливый текст существует целая библиотека с его анализом. В эту работу включаются и профессиональные психологи, которые, когда им не хватает психологического материала, не стесняются брать недостающий фрагмент человеческих переживаний у писателей. Назовем некоторых из них: Э. Фромм, И. Ялом, В.П. Зинченко... список можно продолжить. В наш небольшой опыт обращения к писательским текстам входят темы изучения страдания, преодоления потери (смерти близких), последствий невнимания к экзистенциальной вине [13; 14; 15; 16; 17].

Итак, перед нами текст, описывающий «каторжный ад», куда спустился не по своей воле Иван Денисович Шухов. В него входил герой Данте, но он знал, зачем он туда спускается, и главное — знал, что наступит время возврата.

Надежность данного текста обеспечивается обращением к методу коммуникативной валидности².

¹ По свидетельству В.П. Зинченко, М. Мамардашвили в одной из своих лекций говорил, что рассматривает художественную литературу и поэзию как экспериментальную психологию [с. 135].

² У «качественников» данная процедура имеет различные названия: внешний аудит исследовательского процесса (А.М. Улановский), подтверждаемости (confirmability) (А.Е. Войскуновский, С.В. Скрипкин), контроль анализа с помощью нескольких интерпретаторов (С. Квале). «Для обеспечения обоснованности (dependability) и подтверждаемости (confirmability) данных применяется процедура внешнего аудита исследовательского процесса, предполагающая использование независимого консультанта или аудитора...» [18, с. 34].

«Понятие коммуникативной валидности предполагает вопрос о том, кто с кем общается. Кто является законным партнером в диалоге об истинном знании?» [6]. Партнером в установлении истинности получаемого знания выступает В.Я. Лакшин — доктор филологических наук, ближайший соратник А.Т. Твардовского по журналу «Новый мир» в 60–70 годы XX века.

Иван Денисович Шухов — деревенский житель, воевал, попал в плен и по обвинению в шпионской деятельности (ни следователь, ни сам Шухов так и не смогли определить страну, на которую он работал) отправлен в лагерь, в котором на момент встречи с ним отсидел восемь лет.

В кризисной ситуации Иван Денисович ищет в ней смысл. Он приступает к поискам виновного и очень надеется, что есть **временные** рамки как жизни, так и проживания этой жизни. Человек в своем опыте и в опыте поколений установил для себя очевидную истину: если у горя есть начало, то у него должен быть конец. Это очень точно представил В. Франкл, свидетель и участник трагического безвременья своей жизни. Трагического — потому что временные рамки были изъяты из жизненной ситуации, и это самое страшное, что могло произойти с человеком, — попадание в ситуацию безысходности, ибо исход как завершение может оформиться только в координатах времени.

Психологический паспорт Ивана Денисовича можно охарактеризовать тремя параметрами: доброта, практичность, внимательность. Три характеристики, внешне ни к чему не обязывающие, скорее уводящие человека от реальных проблем, которые предъявляет ему кидаящийся «на плечи» «волкодав». Однако в экстремальной ситуации безвременья эти характеристики оказываются, по утверждению автора-свидетеля, важнее таких личностных параметров, как «жизнестойкость» (С. Мадди) или «чувство связанности» (А. Антоновский).

Быть внимательным ко всяким мелочам — важнейшее условие, от которого зависит «благополучие, здоровье и самая жизнь лагерника» [8, с. 28]. Внимание к мелочам лагерной жизни позволяет Ивану Шухову выстраивать день, состоящий из «маленьких удач», который в итоге складывается в день удач. Почему мелочи, почему к ним необходимо внимательнее? В любой кризисной ситуации человек поглощен, «захватывает» сама ситуация кризиса, например смерть близкого, так как мы не можем ничего сделать, не можем изменить ситуацию. И человек поглощен, страдает под воздействием случившегося. Так произошло и с Шуховым: он в лагере и это, безусловно, страшно и несправедливо, холодно и холодно, много работы и мало сна. Что же делать? Ясно, самый справедливый выход — освобождение, но какой смысл мечтать о завершении ситуации, у которой нет выхода?.. Как и со смертью близкого человека, которого не воскресить. Что можно сделать в этой ситуации: взглянуть на свой мир и задать себе вопрос. Что в нашем мире

происходит кроме трагического события? Оказывается, в мире есть много маленьких событий, которые, конечно, ничтожны по значимости в сравнении с главным событием отрезка жизненного пути, в который помимо нашей воли привела человека его судьба. Что они дают — мелкие события? Они позволяют почувствовать мир, такой мир, в который человек приносит самого себя, своей возможностью на него влиять. Человек продолжает чувствовать, что мир управляем, хотя еще вчера или год назад этот мир полностью вышел из его рук. На важность понимания, что человек способен выбрать свой путь, обратили внимание С. Мадди и А. Антоновский, включив в свои концепции устойчивости к стрессу шкалу, измеряющую управляемость миром: «контроль» (С. Мадди) и «управляемость» (А. Антоновский).

Вернемся к Шухову, к его отношению к мелочам жизни. В тяжелейших условиях лагерной жизни Шухов управляет своим бытием. Для этого он анатомически разделал свой день на временные отрезки, где может рвануть, как себя вести, когда приступить к работе, а когда ее закончить. Возникает ощущение при чтении повести, что перед нами научный отчет об одном дне, проведенный с использованием метода включенного наблюдения. Создается впечатление, что перед нами не заключенный Ш-854, а свободный человек, который занят, правда, тяжелым трудом, его плохо кормят, у него нет теплой одежды, но у него есть главное, что отличает человека свободного — он сам управляет своей жизнью. В оформленном протоколе наблюдения одного дня Ивана Денисовича зафиксировано, что работа, взаимодействие с членами бригады, с соседями по нарам — зависят в полной мере от него самого. И когда мы приступаем к интерпретации записей по результатам квазиэксперимента писателя А. И. Солженицына об одном дне испытуемого Ш-854, мы делаем вывод, что возможность управлять своей жизнью — вернейший путь к освобождению от негативных последствий травмы, освобождению от гнетущего представления, что мир завалился.

Через внимание к мелочам жизни можно управлять временем жизни. Управление временем происходит у Шухова через растягивание минут удач и через увод драматических моментов в тень, на задний план жизни.

Важно отметить, что это умение, видимо, поддается развитию. Так, кризисные психологи используют метод В. Франкла — «деревлексия», в котором заложена возможность и необходимость перевести внимание пострадавшего от собственно кризисного события на «мелочи» жизни, вокруг которых и идет психотерапевтическая беседа.

Формула управления временем уникальна в уникальных обстоятельствах жизни. Послушаем В. Франкла: у человека в лагере «наряду с концом неопределенности появляется неопределенность конца... никто из заключенных не мог знать, как долго ему придется там находиться. ...это было, быть мо-

жет, одним из наиболее тягостных психологических обстоятельств жизни в лагере» [21, с. 140].

В один день Ивана Шухова спрессован восьмилетний отрезок жизни, который состоит из нечеловеческих условий существования. Если понять, как человек смог выжить в описанных условиях, можно получить ключ для преодоления кризисных событий своей жизни.

В конце дня Иван Шухов подводит итоги и составляет свой список Робинзона, который психологически выглядит неправильным. Он не говорит об удачах, он использует предлог «не», а психология учит, что нельзя, если хочешь внести удачу в свою жизнь, использовать отрицательную частицу «не». Итак, конец благополучного и обыкновенного лагерного дня в оценке Шухова выглядит следующим образом: «не посадили..., не выгнали..., не попался..., не заболел». Оказывается, можно оценить свой день как удачный, описывая его негативными утверждениями. Итак, прожит день в условиях лагеря, который зафиксирован Ш-854 как счастливый. Но какое отношение к происшедшему имеет Иван Шухов, чтобы, подводя итоги, он оценил свой день как вполне благополучный? Благополучие требует личных усилий, а не только и не столько удачу и везение, заложенные в итоге дня как фрагмент общей жизни. Завтра день настанет снова и придется подтверждать свое существование завтрашними усилиями. Следствие из первого «К» (Декарта) М. Мамардашвили можно сформулировать следующими словами: «Чтобы быть надо превосходить» [9].

Чтобы выделить формулу выживания из небольшого фрагмента жизненного пути, обратимся к ключевому эпизоду одного дня: работе Шухова на кладке шлакоблоков. Именно здесь проявились: внутренняя устойчивость Ивана Шухова, вера в себя, в свои руки, в свою бригаду. Экстремальные условия бытия Иван Шухов преодолевает через ценность созидания: «Для Ивана Денисовича в этой работе нечто большее — радость мастерства, полное и свободное владения своим делом, тогдашнее умение работы, которое пробуждает в голольном, оборванном зэке человеческую гордость и чувство достоинства» [18, с. 110]. У Ивана Шухова все повадки мастера: он не может работать плохо, так как в труде он видит смысл своей жизни, через труд он приходит к уважению самого себя, через труд он получает уважение от других, от товарищей по бригаде. Его статус в бригаде доходит до статуса бригадира, когда он в руки берет мастерок. «Кто работу крепко тянет, тот над соседями в бригаде бригадир становится» [18, с. 83]. Социальные психологи обязательно отметили бы, что в процессе работы Шухов приобрел более высокий социометрический статус по деловому критерию выбора: «С кем бы вы хотели работать рядом?».

Отношение к труду и уважение со стороны бригады определили нравственную устойчивость Ивана

Шухова. Именно в такой последовательности: творческое отношение к труду — место в бригаде — нравственный кодекс выживания. За спиной Шухова всегда был его труд, который позволял ему крепко стоять в минуты невзгод.

Шухов «примерился» к лагерю, приспособился и адаптировался. Читатель встречается с Ш-854 уже получившим опыт 8 лет лагерей, где «выработал в себе некоторые внешние реакции, которые тут есть как бы условие существования: соблюди лагерный режим, поклонись надзирателю, не пейкайся, препирательство с конвоем» [10, с. 84]. Окончательную победу в одном дне Шухов совершил именно на границе добра и зла, взяв нравственные принципы в основу своей модели жизни. Ш-854 считает нравственному кодексу выживания, который и позволяет в невыносимых условиях бытия остаться человеком. Писатель А. И. Солженицын скорее всего не был знаком с лагерным опытом В. Франкла, но мысли у них сходны: тот и другой на собственном опыте выстрадали формулу выживания, которую апробировали и предложили читателю для обсуждения. «В конечном счете, телесно-духовный упадок зависел от духовной установки, что в этой духовной установке человек был свободен!» [21, с. 143]. Эту духовную установку В. Франкл назвал «упрямство духа». Шанс выжить зависит от отношения человека к жизни, от его духовной установки в конкретной ситуации. Идея «человеку важно умереть своей смертью» [21, с. 152]. В своей пронзительной книге В. Франкл цитирует психоаналитика Е. Коэна (E.A. Cohen): «Обычно человек живет в царстве жизни; в концлагере же люди жили в царстве смерти. В царстве жизни можно уйти из жизни, совершив самоубийство; в концлагере можно было уйти только в духовную жизнь. Только те могли уйти из царства смерти, кто мог вести духовную жизнь. Если кто-то переставал ценить духовное, спасения не было, и ему приходил конец. Сильное влечение к жизни при отсутствии духовной жизни приводило лишь к самоубийству» [21, с. 153].

Передачи, отдачи, предательства самого себя выходят за рамки нравственного кодекса³ Ивана Шухова. Человек гибнет, если ходит к куму стучать. «Духовная жизнь заключенного укрепляла его, помогала ему адаптироваться и тем самым в существенной степени повышала его шансы на выживание» [21, с. 153].

Какое значение имеет нравственный критерий в поисках кода выживания? Не предавай своих товарищей, не ходи к куму «стучать». Почему нравственное отступление приводит к физической гибели? Почему отказ от нравственной позиции переводит жизнь человека на последний окончательный этап сопротивления? Поражение человеческой нравственности происходит в борьбе за выживание, которое означает сдачу человеческой, нравственной по-

³ В ситуации выбора «жизнь — смерть», поставив на кон физическое выживание, Рыбак — герой повести В. Быкова «Сотников», умирает духовно [3].

зиции, самоунижение, доведение себя до животного уровня. Человек терпит поражение в той области, до которой не может пройти ни один палач. Иван Шухов обозначает этот путь как позорное приспособление. Почему позорное, перед кем позорное и в чем же поражение, когда происходит выживание? Этот путь легкий, а легкий путь приводит к потере сопротивляемости, и, как следствие, наступает реальная физическая гибель. Что же позволяет Шухову выдержать непростой нравственный кодекс чести? Ответ: дело, которое мастерством называется.

Рефлексия поступка. Итак, завершен анализ поведения Щ-854 в том виде, как нам представил А.И. Солженицын, выступивший в роли нарратора. Понимает ли сам испытуемый, что у него появилась стратегия преодоления, которую А.И. Солженицын оценил как адаптивную, психолог Л.А. Пергаменщик — как позволяющую выжить, а внешний аудитор В.Я. Лакшин задолго до психологического вмешательства делает такой же вывод. Пока мы не приступили к анализу текста «Один день Ивана Денисовича», существовали нарратор — А.И. Солженицын и герой нарратива — И.Д. Шухов. Похожая ситуация каждый раз возникает в академической психологии: есть исследователь и есть испытуемый. Ученый, чтобы получить исследовательские результаты, которые затем появляются в письменном виде (отчет, статья, книга), ответить на выдвинутую гипотезу, организует наблюдение, использует разнообразный психодиагностический инструментарий. После обработки полученных данных он проводит процедуру интерпретации и только здесь может появиться (или нет) личность испытуемого, человек со своими стратегиями преодоления. При рождении литературного произведения мы становимся свидетелями похожего механизма зарождения текста. Только после проведения процедуры интерпретации и в конце этой процедуры в виде текста рассказа, повести, романа появляется герой со своей стратегией преодоления.

Итак, герой, испытуемый — понимает ли он свое поведение, анализирует, рефлексирует ли свои поступки? Или за него это проводит исследователь, писатель, от которого герой полностью зависим?

Другими словами, что мы получили: отчет ученого, писателя или все же фрагмент жизни, по которому судим, как человек преодолевает трудности жизненного пути? Чем отличается сама жизнь от жизни рассказанной? Можно ли согласиться с метафорой (?) Дж. Брунера «жизнь как нарратив»?

Чтобы ответить на эти вопросы, обратимся к М.М. Бахтину⁴, который анализирует два феномена: а) активность человека и б) рефлексивность этой активности. Перед нами текст: «Живущий человек изнутри себя устанавливается в мире активно, его осознаваемая жизнь в каждый момент есть поступление: я

поступаю делом, словом, мыслью, чувством; я живу, я становлюсь поступком» [2, с. 129]. Шухов в течение одного дня совершал поступки, размышлял о своем поведении, т. е. существовал осознанно. Итак, первый тезис формулы Бахтина: человек есть то, что он сделал из себя поступком, человек есть поступок. Человек есть то, что он сделал своей активностью, которая может иметь несколько ипостасей: слово, дело, мысль, чувство. Эта линия продолжает формулу Декарта: я мыслю, следовательно я существую. И Декарт и Бахтин утверждают, что человеческое существование определяется мыслью, правдой. Бахтин добавляет другие виды активности: слово, чувство, дело. В другое время Мамардашвили заменит все эти слова одним — активностью [9].

Пойдем дальше: «Однако я не выражаю и не определяю непосредственно себя самого поступком; я осуществляю и и какую-нибудь предметную, смысловую значимость, не себе как нечто определенное и определяемое» [2, с. 129]. Эта мысль озадачивает. Выходит, что через поступок человек определяет не самого себя, а только некую значимость: предметную и смысловую. С этим тезисом Бахтина трудно согласиться, больше правды в тезисе: о человеке можно судить по его делам (поступкам), а не по его словам. Что же недопонимал уважаемый Михаил Михайлович Бахтин? Может, дальше он пояснит свою мысль? «В поступке отсутствует момент саморефлекса поступающей личности, он движется в объективном, значимом контексте: в мире узкопрактических (жизненно-житейских) целей, социальных, политических ценностей, познавательных значимостей (поступок познания), эстетических ценностей (поступок художественного творчества или восприятия) и, наконец, в собственно нравственной области (в мире ценностей узкоэтических, в непосредственном отношении к добру и злу)» [там же, с. 129]. Это уже понятнее, но до конца неубедительно.

Следующая мысль ученого. «Мое поступающее сознание как таковое ставит только вопросы: зачем, для чего, как правильно или нет, нужно или не нужно, должно или не должно, добро или не добро, но никогда не ставит вопросов: кто я, что я и каков я»⁵ [там же, с. 29]. Допустим, можно согласиться с Бахтиным, но тогда остается невыясненным вопрос: почему сознание не поднимается над собой в поисках самосознания? Когда сознание приступает к постановке этих вопросов: «кто я, что я и каков я?». Не об этом ли говорит М. Мамардашвили в «принципе Кафки»? По правильному и внешне нравственному поступку мы еще не можем знать, что есть человек, если не знаем, как он относится к поступку, если поступок не стал частью его Я, если нравственный поступок не стал частью его нравственного Я [9].

⁴ У меня создалось впечатление, что Бахтин анализирует повесть Солженицына, хотя его текст писался за 40 лет до появления в «Новом мире» повести Солженицына.

⁵ Бахтин отмечает, что поступающее сознание не ставит вопрос о самосознании, но он понимает, что для завершения цикла сознание-поступок-осознание необходимо провести отдельно анализ когнитивной (кто я?) и эмоциональной (какой я?) составляющих самосознания.

Итак, Бахтин анализирует деятельность героя, у которого есть автор. Что же происходит у человека, у которого нет автора, как его провести через ситуацию жизненной активности? Во-первых, нет человека, у которого бы не было автора (ученого, писателя, рассказчика или самого автора), во-вторых, Бахтин как бы подозревал возможность таких вопросов: «Несколько сложнее обстоит дело в чисто жизненной активности Однако и здесь все мое входит в предметную заданность поступка, противостоит ему как определенная цель, и здесь мотивационный контекст самого поступка лишен героя. Итак, в окончательном итоге: поступок выраженный, высказанный во всей его чистоте, без привлечения трансгредиентных⁶ моментов и ценностей, чуждых ему самому, окажется без героя как существенной определенности» [2, с. 130]. Сам по себе поступок еще не приводит к существенной определенности, другими словами, по поступку мы еще не можем судить о сущности личности.

Подведем итоги.

Традиционно принято считать, что человек есть то, что он сделал из себя поступком, человек есть поступок. Человек есть то, что он сделал своей активностью, которая может иметь несколько ипостасей: слово, дело, мысль, чувство. Но, по правильному, и внешне нравственному поступку мы еще не можем знать, что есть человек, если не знаем, как он относится к поступку [9].

Личность проявляется не столько в поступке, сколько в переживании поступка, в процессе рефлексии («саморефлексии»). Недостаточно прожить

фрагмент действительности, надо отнестись к нему. Психологи используют категории *рефлексия*, *переживание*, *самотрансценденция* для обозначения механизма появления на сцене жизни личности. Недостаточно быть, а в поступках проявляются только лики бытия, существования, важно еще подняться над своим бытием, чтобы бытие не исчезло, надо постоянно мыслить об этом бытии; чтобы быть, надо превосходить, чтобы быть, надо иметь возможность наименовать [9]. Ученые-психологи нередко фиксируют бытие наших испытуемых, а затем домысливают за них, доживают за них, допереживают за них. Так и возникает в исследовательских текстах феномен человека без сознания, без совместного знания.

Вхождение в экспериментальную лабораторию Писателя позволило получить доступ к поведению человека в кризисной ситуации. Были рассмотрены механизм выживания и стратегия преодоления. Перед нами предстал крайний случай человеческого бытия — погружение в ад. Таким образом, мы делаем вывод, что если в аду человек может побиться с судьбой — он получит опыт для всей оставшейся жизни, но он представляет и другим опыт преодоления кризисных событий жизненного пути.

Какой еще опыт можно извлечь из давней повести Писателя? В трудные минуты жизненного пути надо пренебрегать мелочами этого пути. Именно «незначительное» в твоей жизни может поддержать тебя очень значительно, заметно, эффективно. Нравственная устойчивость, в конечном счете, завершит твою собственную формулу выживания.

⁶ Понятие трансгредиентный означает внеположенность по отношению к внутреннему составу мира героя моментами. Термин взят Бахтиным из «Общей эстетики» Ионаса Кона [2].

Литература

1. *Анциферова Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1.
2. *Бахтин М.М.* Эстетика словесного творчества. М., 1986.
3. *Быков В.* Сотников. М., 2004.
4. *Войскунский А.Е., Скрипкин С.В.* Качественный анализ данных // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14: Психология. 2001. № 2.
5. *Гринберг Дж.* Управление стрессом / 7-е изд. СПб., 2002.
6. *Квале С.* Исследовательское интервью. М., 2003.
7. *Зинченко В.П.* Сознание и творческий акт. М., 2010.
8. Кризисная психология. Справочник практического психолога / Сост. С.Л. Соловьев. М.; СПб., 2008.
9. *Мамардашвили М.* Сознание и бытие // Мой опыт нетипичен. СПб., 2000.
10. *Лакшин В.Я.* «Иван Денисович», его друзья и недруги // Новый мир. 1964. № 1.
11. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. М., 2006.
12. *Осин Е.Н.* Чувство связанности как показатель психологического здоровья и его диагностика // Психологическая диагностика. 2007. № 3.
13. *Пергаменщик Л.А.* Список Робинзона: Психологический практикум. Мн., 1996.
14. *Пергаменщик Л.А.* Психотерапия Л.Н. Толстого / Образование и воспитание. 1993. № 10.
15. *Пергаменщик Л.А.* Почему надо любить себя / Психология. 1996. № 4.
16. *Пергаменщик Л.А.* Иллюстрированный анализ человеческого страдания // Психология. 2002. № 3.
17. *Пергаменщик Л.А.* Психическое оцепенение как нарушение непрерывности бытия / Московский психологический журнал. 2009. № 1.
18. *Солженицын А.И.* Один день Ивана Денисовича. Повесть. СПб.; М., 1963.
19. *Тиллих П.* Избранное: теология и культура. М., 1995.
20. *Улановский А.М.* Качественная методология и конструктивистская ориентация в психологии // Вопросы психологии. 2006. № 3.
21. *Франкл В.* Психолог в концентрационном лагере // Человек в поисках смысла: Сборник. М., 1990.
22. *Чхарташвили Г.* Жизнь и смерть Юкио Мисимы, или как уничтожить храм // Мисима Ю. Золотой храм: Роман, новеллы, эссе. СПб., 1993.
23. *В. Шаламова.* Печатка или КР-2: Рассказы». М., 1990.
24. *Antonovsky A.* Health, Stress and Coping. San Francisco, 1979.
25. *Antonovsky A.* Unravelling the Mystery of Health. San Francisco, 1977.
26. *Maddi S.R., Jahoshaba D.M.* Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment. 1994. V. 63. № 2.

'Psychological Laboratory' of Aleksandr Solzhenitsyn**L.A. Pergamenschik**

PhD in Psychology, dean of the Department of Psychology, Maxim Tank Belarusian State Pedagogical University

The paper provides an analysis of how a person experiences and overcomes critical life situations. The process of overcoming is explored by means of joining Aleksandr Solzhenitsyn's experimental psychological laboratory described in his novel *One Day in the Life of Ivan Denisovich*.

Keywords: suffering, experience, overcoming, time, morality, critical situation, narrative, deed, reflection, author, hero.

References

1. *Ancyferova L.I.* Lichnost' v trudnyh zhiznennyh usloviyah: pereosmyslenie, preobrazovanie situatsii i psihologicheskaya zashita // *Psihologicheskii zhurnal*. 1994. № 1.
2. *Bahtin M.M.* Estetika slovesnogo tvorchestva. M., 1986.
3. *Bykov V.* Sotnikov. M., 2004.
4. *Voiskunskii A.E., Skripkin S.V.* Kachestvennyi analiz dannyh // *Vestnik Mosk. un-ta. Ser. 14: Psihologiya*. 2001. № 2.
5. *Grinberg Dzh.* Upravlenie stressom / 7-e izd. SPb., 2002.
6. *Kvale S.* Issledovatel'skoe interv'yuu. M., 2003.
7. *Zinchenko V.P.* Soznanie i tvorcheskii akt. M., 2010.
8. *Krizisnaya psihologiya. Spravochnik prakticheskogo psihologa / sost. S.L. Solov'ev.* M.; SPb., 2008.
9. *Mamardashvili M.* Soznanie i bytie // *Moi omyt' i etipichen*. SPb., 2000.
10. *Lakshin V.Ya.* "Ivan Denisovich", ego drama i nedrug // *Novyi mir*. 1964. № 1.
11. *Leont'ev D.A., Rasskazova E.I.* Test znanstvoikov. M., 2006.
12. *Osin E.N.* Chuvstvo svyazannosti kak pokazatel' psihologicheskogo zdorov'ya i ego diagnostika // *Psihologicheskaya diagnostika*. 2007. № 3.
13. *Pergamenschik L.A.* Spisok Rozinzona psihologicheskii praktikum. Mn., 1996.
14. *Pergamenschik L.A.* Psihoterapiya L. N. Tolstogo / *Obrazovanie i vospitanie*. 1997. № 10.
15. *Pergamenschik L.A.* K chemu nado lyubit' sebya // *Psihologiya*. 1996. № 4.
16. *Pergamenschik L.A.* Ilyustrirovannyi analiz chelovecheskogo stradan'ya // *Psihologiya*. 2002. № 3.
17. *Pergamenschik L.A.* Psicheskoe ocepnenie kak razryv nepreryvnosti bytiya // *Moskovskii psihoterapevticheskii zhurnal*. 2009. № 1.
18. *Solzhenitsyn A.I.* Odin den' Ivana Denisovicha. Povest'. SPb., M., 1965.
19. *Tikh P.* Izbrannoe: teologiya kul'tury. M., 1995.
20. *Manovskii A.M.* Kachestvennaya metodologiya i konstruktivistskaya orientatsiya v psihologii // *Voprosy psihologii*. 2006. № 3.
21. *Frankl V.* Psiholog v koncentracionnom lagere // *Chelovek v poiskah smysla: Sbornik*. M., 1990.
22. *Chhartashvili G.* Zhizn' i smert' Yukio Misimy, ili kak nachtozhit' hram // *Misima Yu. Zolotoi hram: Roman, novella, p'esy*. SPb., 1993.
23. *V. Shalamova.* "Perchatka ili KR-2: Rassказы". M., 1990.
24. *Antonovsky A.* Health, Stress and Coping. San Francisco, 1979.
25. *Antonovsky A.* Unravelling the Mystery of Health. San Francisco, 1987.
26. *Maddi S.R., Khoshaba D.M.* Hardiness and Mental Health // *Journal of Personality Assessment*. 1994. V. 63. № 2.