

Про психотерапию бедности

**Про психотерапию
бедности**

POLITSTURM.COM

2023-01-11

4 мин. на чтение

Как сообщается, соруководители Лаборатории глобального исследования бедности Школы менеджмента, а также экономисты из Йельского университета и Университета Ганы реализовали масштабный эксперимент по проведению когнитивно-поведенческой терапии среди сельских бедняков Ганы. Исследование было опубликовано в номере за декабрь 2022 г. журнала *American Economic Review: Insights*.

Поясняется, что когнитивно-поведенческая терапия, как метод психотерапии, разработан исходя из того, что людям свойственно формировать автоматические реакции на стимулы, и эти реакции иногда подвержены когнитивным искажениям. Эти искажения, в свою очередь, приводят к неправильной интерпретации стимулов и влияют на то, как люди воспринимают себя, окружающих, происходящие события, как реагируют на них и принимают решения.

В условиях хронической бедности люди постоянно сталкиваются с негативными стимулами, что создает значительные возможности для искажений, пишут авторы. Например, человек, рожденный в бедной семье, может истолковывать свой низкий доход как свидетельство низкого уровня своих способностей, а фермер, столкнувшийся с неурожаем из-за засухи, – прийти к убеждению, что приложенные усилия никогда не окупаются. Когнитивно-поведенческая терапия помогает осознать неадекватные убеждения и негативные привычки, связанные с мышлением, и изменить обусловленное ими поведение.

За основу возможности применения данной терапии для снижения бедности была взята концепция дефицита ресурсов (времени, денег), описанная Сендхилом Муллайнатаном, экспертом по поведенческой экономике и бедности, и бихевиористом Эльдаром Шафиром, и связанных с этим дефицитом ограничений умственной «пропускной способности». Дефицит меняет то, как люди распределяют внимание: он заставляет их более глубоко заниматься одними проблемами, пренебрегая другими. В свою очередь, чем больше неотложных насущных вопросов приходится решать мозгу, тем меньше у него остается ресурсов для того, чтобы разобраться с остальными задачами.

По мнению исследователей, бедность приводит к тому, что люди неправильно распределяют свои умственные ресурсы, из-за нехватки денег вынужденно решая наиболее насущные краткосрочные финансовые вопросы и тем самым уменьшая «пропускную способность» мозга для решения более долгосрочных задач. Так бедность, может создавать новое мышление, которое меняет то, на что люди обращают внимание, и, соответственно, то, как они принимают решения.

Исходя из вышеуказанной концепции была разработана терапия, в исследовании приняли участие более 7000 жителей сельских районов Ганы из самых бедных компаундов (компаунд – одно или несколько домохозяйств, проживающих в отдельных жилищах в одном строении). Начальную школу окончили только 40% женщин и примерно половина мужчин в выборке; почти треть домохозяйств за прошедший год голодали не менее суток из-за нехватки денег; только в 5–6% домохозяйств был хотя бы один человек с формальной занятостью, но почти у всех имелась ферма, где разводят коз,

овец или свиней, держат домашнюю птицу. Уровень стресса среди участников был достаточно высоким: 55% сообщили о симптомах, ассоциирующихся с той или иной формой психологического стресса.

По результатам исследования учёными были сделаны следующие выводы:

- Оказалось, что психотерапия приводит к заметному улучшению психического и физического здоровья. У тех, кто посещал занятия, вероятность возникновения стресса была на 10% ниже, чем в контрольной группе, они на 21% реже испытывали умеренный стресс и на 24% реже – серьёзный психологический стресс. Участники групп также сообщали о сокращении в целом на 11% количества дней с плохим психическим состоянием и сокращении на 20% количества дней с плохим физическим здоровьем, что непосредственно влияло на их экономические результаты;

- кроме того, терапия улучшила когнитивные и социально-эмоциональные способности людей, что свидетельствует о росте их умственной «пропускной способности», поясняют авторы: так, исследование зафиксировало увеличение навыков, связанных с самоконтролем, увеличение индекса когнитивных навыков (включая, например, способность запоминать 10-значные числа). Занятия также улучшили восприятие участниками собственного экономического статуса.

Основываясь на полученных результатах, исследователи пришли к выводу, что когнитивно-поведенческая терапия может способствовать поддержке людей с низкими доходами по двум направлениям: за счет улучшения собственно психологического здоровья и за счет непосредственного улучшения когнитивной «пропускной способности», включая то, как распределять умственные ресурсы для решения конкретных проблем, например по управлению домашними финансами.

По мнению организаторов эксперимента, в качестве усилий по борьбе с бедностью, расширение доступа к психотерапии в странах с низким уровнем дохода, следует рассматривать как основное средство улучшения самочувствия и развития социально-эмоциональных навыков и когнитивных способностей у населения в целом.

Рассматривая вышеприведённое исследование с классовых позиций, мы можем наглядно видеть пример того, как буржуазная наука подходит к проблеме бедности людей и какие предлагает пути решения этой проблемы.

Во-первых, социально-экономические причины самой бедности по умолчанию вытесняются из изучаемого поля. За основу принимается изменение мышления людей в условиях бедности, направление его на преимущественное решение непосредственно насущных вопросов, в ущерб каким-либо другим. Таким образом, проблема из плоскости материального своего базиса (социально-экономические условия жизни) переносится в плоскость идеальную (неправильно функционирующее мышление), которая и не отрицает, вроде бы, предыдущую, но при этом получает главенствующее положение для последующих трактовок и рекомендаций.

Во-вторых, из вышеуказанной идеалистической посылки, неизбежно следуют и предлагаемые выводы, касающиеся «терапии» бедности: ориентация такой терапии на расширение кругозора бедных людей и «улучшение восприятия участниками собственного экономического статуса».

В-третьих, разумеется, предлагается внедрение полученных результатов в практику – расширить доступ к психотерапии в странах с низким уровнем дохода.

К этому можно добавить только то, что аналог данной «терапии» уже давно внедрён повсеместно и «рубят бабло» там, где ещё какой-то доход у населения есть, а самое главное, есть надежды на улучшение уровня жизни (которые активно капиталистической идеей поддерживаются): речь, конечно же, о распространённых в разных формах так называемых «тренингах личностного роста», где в доверчивые уши граждан (разумеется за деньги) вливаются ушаты елеса, что причины их нищеты в них самих – в их неправильном мышлении и лени, но «следование простым правилам» может всё изменить. Разумеется, если у тебя ничего не получается, значит ты недостаточно целеустремлён и сам виноват.

В чём выгода для буржуазии таких исследований и их результатов? Она очевидна:

- смещение внимания общества с истинных причин бедности на сопутствующие ей проявления;
- формирование у людей мнения, что их материальные проблемы связаны, в основном, с их неправильным поведением, неспособностью встроиться в «нормальное» общество, а не с организацией экономики этого общества;
- финансовые вливания (из налогов граждан) на реализацию «лечебных стратегий», которые бесконечны, ввиду постоянно поставляемой капитализмом «клиентской базы», и по умолчанию бессмысленны с точки зрения реального улучшения жизни людей в массе.

В чём же выгода таких исследований для трудящихся? А её нет! Для трудящихся подобные «научные» замыливания взгляда на истинные причины и методы решения их проблем – это лишь очередная препона, выставляемый буржуазной идеологией на пути социального прогресса и дополнительная нагрузка на их кошельки.

Что же необходимо предпринять для действительной борьбы с бедностью?

В первую очередь необходима организация экономической структуры общества (то есть способа производства и распределения общественных благ) в интересах большинства трудящихся этого общества. И возможность этого предполагает, в своей основе, ликвидацию частной собственности на средства производства (основа капиталистической экономики, благодаря которой материальные ресурсы идут в своей массе не на общественное, а на личное благо богатого меньшинства общества).

А чтобы лучше и глубже понять вышесказанное и научиться противостоять лживым идеям буржуазной формации, необходимо изучать то, что чётко, на реальной научной базе, даёт понимание законов общественного развития и рычагов управления этими законами в интересах общественного блага. Необходимо изучение марксизма-ленинизма.

Источник: Эконс – «"Лекарство" от бедности» от 12 декабря 2022 г.