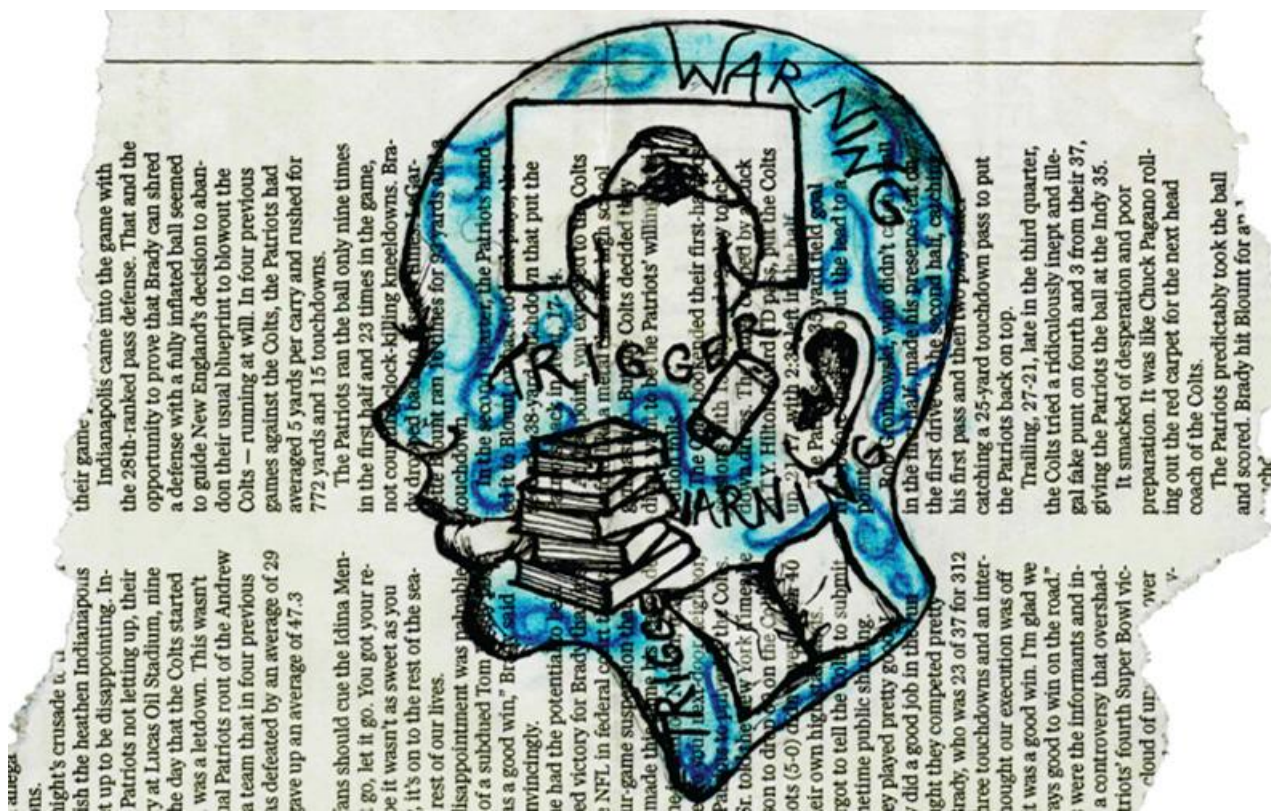


Trigger warnings и стрессогенные книги. Комментарий психолога

Уже более тысячи книг в высших учебных заведениях Великобритании признаны «потенциально опасными для душевного здоровья» и маркируются предупреждением Trigger warnings. Такие данные приводит Times, ссылаясь на результаты соответствующего исследования.

Журналисты Times разослали запросы в 140 местных университетов, попросив ответить, используют ли там предупреждения о стрессогенном контенте. Последним может быть любое описание смерти, насилия, тяжёлого заболевания, расизма, злоупотребления алкоголем, жестокого обращения с детьми, а также бранные слова и вообще всё, способное, на взгляд педагогов и студентов, вызвать «эмоциональный дискомфорт».

В



списках «опасных книг», от прочтения и изучения которых могут отказаться ранимые студенты, оказались произведения Шекспира, Чарльза Дикенса, Шарлотты Бронте, Джейн Остин, Агаты Кристи, Артура Конан Дойла, Александра, не поверите, Дюма, шведа Августа Стриндберга и даже «отца английской поэзии» Джеффри Чосера.

Любая книга с пометкой Trigger warnings по требованию студента должна быть заменена на более корректную и не столь опасную для «душевного здоровья». Если же это невозможно, то от посещения соответствующего занятия студент вправе отказаться.

Дошло до того, что некоторые издания и вовсе изымаются из библиотек учебных учреждений во избежание рисков нарушения психологического комфорта студентов.

Из России, где в школах изучают «Преступление и наказание» Достоевского с кровавым двойным убийством, истязанием детей, жестоким обращением с животными, пьянством, проституцией, домогательствами, самоубийствами и прочими «триггерами», наблюдать за происходящим за рубежом смешно. У нас через «стрессогенный кордон» не прошли бы ни «Пиковая дама», ни «Анна Каренина», ни «Гроза» с «Бесприданницей», ни Достоевский с Куприным в полном собрании.



Иллюстрация к роману
«Преступление и
наказание»

А может, они там правы, а мы действительно с юных лет рушим неокрепшую психику подрастающего поколения?

Мы попросили прокомментировать степень влияния литературных произведений на психологическое здоровье человека известного иркутского психолога, руководителя компании [HR adviser](#) Юлию Таевскую, не доверяя мнению которой у нас нет никаких оснований.

«Конечно, в литературном произведении могут содержаться образы (триггеры), активирующие воспоминания о травме, которые могут навредить уже повреждённому психическому здоровью.

С другой стороны, само предупреждение о триггерах (trigger warnings) может послужить тем самым триггером, который осложнит течение, например, ПТСР – постравматического стрессового расстройства. Да и как показывает практика, человек, который пережил психологическую травму и не проработал её со специалистом, найдёт эти триггеры где угодно, хоть на коробке из-под молока.

Не стоит также забывать про позитивный терапевтический эффект от чтения произведений, содержащих острые психологические темы любого вида насилия или горя, ведь у человека появляется возможность посмотреть на ситуацию с другой стороны, косвенно прожить её и осознать собственные чувства в достаточно комфортной атмосфере, например, в домашнем уюте или в кабинете психолога.

Многие специалисты используют художественные образы в качестве вспомогательных инструментов в терапии. Человек должен уметь справляться со своими эмоциями, ведь

страдания и боль, любовь и радость — всё это неотъемлемые элементы нашей жизни».

В общем, бросайте дурака валять, господа англичане. Иначе кончится всё массовым ПТСР. Или уже?..

Примечательно, что представители университетов, которых цитирует издание Daily Mail, утверждают, что об окончательном изъятии книг из библиотек речи не идёт. Мол, когда-нибудь их могут вернуть в списки для чтения, если опасность оскорбить чувства студентов или нанести вред их психике исчезнет. Куда она исчезнет и что для этого должно произойти, борцы за душевное здоровье студентов не сообщили.

Фото: tuftsobserver.org

Автор: Филипп Марков © Babr24.com КУЛЬТУРА, ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 49017 02.09.2022, 23:56 📌 771
URL: <https://babr24.com/?IDE=234172> Bytes: 4392 / 4087 Версия для печати Скачать PDF

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:
newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Филипп Марков**, редактор отдела культуры.

На сайте опубликовано **3721** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: [@bur24_link_bot](#)
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: [@irk24_link_bot](#)
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)