

---

*Анастасия Андреева*

## **ВЗРОСЛЕНИЕ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ: САМОКОНТРОЛЬ И САМОПОЗНАНИЕ КАК ОСНОВА НОВОЙ КУЛЬТУРНОЙ МОДЕЛИ**

Терапевтическая культура, пришедшая в Россию в эпоху перехода к рыночной экономике, повлияла на то, как люди стали проживать и интерпретировать свой материальный и эмоциональный опыт взросления в постсоветском обществе. Несмотря на ее распространенность и активное обсуждение в академических кругах, малоизученным остается вопрос, как именно терапевтическая культура трансформирует культурную модель взрослости. В данной статье, опираясь на фукианские концепции власти-знания, техники заботы о себе, а также на модель терапевтической самости Силва, анализируются особенности взросления молодежи в контексте терапевтической культуры. Эмпирическую базу исследования составили 40 глубинных полуструктурированных интервью с миллениалами из Санкт-Петербурга и Краснодара. Анализ показал, что терапевтический нарратив является главным способом презентации процесса взросления, а концепции контроля и осознанности (власти-знания в терапевтическом контексте) выступают ключевыми в формировании культурного образа взрослости. Исследование выявило важность возрастных и гендерных различий в восприятии терапевтической культуры. «Младшие» миллениалы воспринимают ее как данность, в то время как старшее поколение относится к ней более критически и недоверчиво. Женщины используют терапевтический язык для рефлексии, осознания личных границ и обсуждения травм, в то время как мужчины применяют его в более практическом ключе. В процессе анализа представлений о взрослении сделан вывод: терапевтическая культура, воплощая власть-знание, одновременно является инструментом заботы о себе.

---

Анастасия Сергеевна Андреева – стажер-исследователь, Центр молодежных исследований, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Санкт-Петербург, Россия. Электронная почта: [as.andreeva@hse.ru](mailto:as.andreeva@hse.ru)

*Ключевые слова:* транзичия во взрослость, терапевтическая культура, дискурсивные режимы взросления, эмоции, гендер, власть-знание

DOI: 10.17323/727-0634-2024-22-1-59-78

## **Терапевтическая культура: традиции изучения и критики**

Терапевтическая культура за десятилетия оказала значительное влияние на социальные нормы, ценности и поведение в западном<sup>1</sup> обществе (Furedi 2004; Illouz 2007; Foster 2016), став неотъемлемой частью социальной и культурной жизни. После распада Советского Союза и перехода к рыночной экономике терапевтическая культура также вошла в жизнь россиян. Являясь моральной и эмоциональной основой капитализма, она стала определять, как люди проживают и интерпретируют свой моральный и эмоциональный опыт взросления. Терапевтический поворот в англо-американском, а затем и в постсоветском обществе, можно охарактеризовать как культурный сдвиг, когда терапевтический способ мышления расширяет свое влияние за пределы отношений между психотерапевтом и клиентом, определяя общественные взгляды и мнения по вопросам, выходящим за рамки психотерапии (Furedi 2004). В обществе позднего модерна с его сложными социальными структурами и изменениями люди постоянно вынуждены подтверждать и переосмысливать свою идентичность, которую больше нельзя определить с помощью социальных ролей, закрепленных традицией (Giddens 1991).

Академические исследования терапевтического поворота основываются на анализе эмоциональной культуры, экономического и политического этоса, а также феминистской критики. Фрэнк Фуреди с позиций эмоциональной культуры анализирует терапевтический нарратив как инструмент, с помощью которого государство может контролировать личность, воздействуя на ее эмоции. Вопреки распространенному тезису, что терапевтическая культура помогает лучше понять свои эмоции, в действительности она внедряет новый вид конформизма, насаждая чувства бессилия и уязвимости (Furedi 2004). Индивиды приучаются воспринимать себя как уязвимых субъектов, нуждающихся в профессиональной помощи на постоянной основе, что приводит к медиализации повседневности (Ibid). Также терапевтическая культура подвергается критике за утверждение, что человек может и должен полностью контролировать свои эмоциональные состояния и реакции. Кроме того, исследователи указывают на то, что, возлагая всю ответственность за эмоциональное состояние на индивида, она способствует его отдалению от традиционных сетей поддержки, таких как семья и друзья (Campanella, Castellano 2015). Ева Иллюз вводит понятие эмоционального капитализма и обращает внимание на то, что в современном

---

<sup>1</sup> В узком прочтении «западное общество» приравнивается к обществу США, в более широком – к западноевропейскому обществу

обществе экономические отношения обогащаются эмоциональным измерением, а интимные отношения, в свою очередь, начинают интерпретироваться через призму рыночной логики (Illouz 2007).

Исследователи, изучающие терапевтическую культуру с экономической точки зрения, сходятся во мнении, что ее постулаты используются для морального обоснования неолиберализма. Роберт Фостер подвергает критике концепцию «этики аутентичности» – сформулированного Чарльзом Тэйлором морального идеала эпохи модерна, отделяющего благородные формы индивидуализма (самореализацию) от испорченных (нарциссизма) (Taylor 1991). Согласно Фостеру, этика аутентичности, зарожденная терапевтической культурой, – это инструмент, служащий продвижению неолиберальной рациональности (Foster 2016). Микки МакГи, исследуя феномен самопомощи, указывает на то, что культура преобразования (*makeover culture*, социокультурная парадигма, которая продвигает постоянное изменение, улучшение, омоложение с целью стать «лучшей версией себя») порождает ситуацию, в которой люди вынуждены неустанно работать над собой, постоянно адаптируясь к новым экономическим условиям и требованиям рынка (McGee 2005). Суви Салменниemi и Мария Адамсон отмечают, что популярная психология, неолиберальный капитализм и постфеминизм тесно взаимосвязаны, и что все они поощряют индивидуальную ответственность и самосовершенствование (Salmenniemi, Adamson 2015).

Взгляды на политические аспекты терапевтической культуры менее однородны. Томас Матца выдвигает идею, что неолиберально-терапевтическая риторика ведет к снижению уровня политической активности в обществе (Matza 2009). Он считает, что в такой культуре большое внимание уделяется саморегуляции и самоконтролю в целях экономических выгод, в то время как политические аспекты игнорируются. По мнению Матца, терапевтическая культура действует как инструмент власти, основанный на самоконтроле и самодисциплине, что соотносится с идеями Фуко о власти и управлении (Foucault 1994). В рамках позднего капитализма терапевтический дискурс самопомощи становится политическим инструментом, акцентирующим внимание на личной ответственности, при этом критика социально-экономических барьеров остается за пределами основного фокуса. Это приводит к тому, что неспособность решать «личные проблемы», такие как безработица или депрессия, трактуется как результат индивидуальных неудач, в то время как фактор системного угнетения остается невидимым (Rockler 2003). С другой стороны, Салменниemi подчеркивает, что участие в терапевтических практиках может способствовать подъему уровня политического участия и критическому восприятию общественных процессов: в терапевтическом поле капиталистическое общество осуждается как отчуждающее у женщин право на уязвимость, а практики гендерной социализации – как культивирующие в женщинах жертвенность (Salmenniemi 2019).

Терапия и терапевтическая культура рассматриваются как проявления «дисциплинарного общества» и «паноптицизма». Они размывают устоявшееся разделение между «общественно-политической» и «частно-личной» сферами жизни (Neuwood 1997: 7–8). Фуко характеризует паноптицизм как «проникающую форму власти», стремящуюся охватить каждый аспект жизни индивида и требующую от людей постоянного отчета о своем поведении (Фуко 1999: 36). Терапевтическое знание возводится до статуса объективного, превращаясь в «науку о человеке», и используется для углубления и расширения властных практик (Roberts 2005). Терапевтическая культура формирует паноптическое пространство добровольного подчинения установившимся нормам, где непрерывное внимание к психическому состоянию человека приводит к связыванию его идентичности с определенными психиатрическими категориями, основанными на самоанализе (Foucault 1982). Мишель Гибсон указывает, что терапию следует рассматривать как технику, позволяющую людям с помощью определенных практик достичь состояния счастья и гармонии (Gibson 2015). Таким образом, терапевтическая культура в зависимости от контекста может как укреплять существующий порядок, так и призывать к сопротивлению ему.

Наконец, терапевтическая культура часто критикуется за воспроизводство гендерного неравенства. Исследовательницы обнаружили, что процесс самотрансформации в контексте терапии имеет глубоко укорененные гендерные аспекты. В рамках этого процесса феминность часто рассматривается как проблемная и становится центром внимания в терапевтических практиках. «Женские черты» и поведение могут диагностироваться как нечто, что нуждается в изменении и лечении (Perheentupa, Salmenniemi 2019). Эмоциональность поощряется терапевтической культурой, но на практике может сталкиваться с сопротивлением и критикой, так как воспринимается как нечто феминное, что угрожает мужской силе и власти (Swan 2007).

В контексте гендерного неравенства терапевтическую культуру критикуют за упрощение или игнорирование социальных и политических факторов, влияющих на женщин. Проблемы женщин часто преобразовываются в «медицинские» или «личные» вопросы (Becker 2005). Распространена точка зрения, согласно которой терапевтическое поле остается в рамках постфеминистского проекта с фокусом на самонадзоре и самодисциплине, который подвергается критике за его индивидуалистический подход и недостаточное внимание к системным гендерным неравенствам (Gill 2007). В то же время существует и противоположная позиция: терапевтические практики могут предоставлять женщинам возможность для критического анализа и обсуждения гендерных вопросов. Не будучи феминистскими по существу, многие терапевтические практики заимствуют идеи и техники феминистского движения второй волны, чтобы помочь женщинам артикулировать и осмыслить свой гендерно-специфичный опыт (Salmenniemi 2022). Ряд исследовательниц говорят об эмансипаторном потенциале тера-

терапевтической культуры. Ева Иллуз отмечает, что терапевтической подход не стал бы столь влиятельным, если бы он не помогал людям справляться со сложностями и решать практические проблемы (Illouz 2008). Райт (2008) высоко оценивает терапевтическую культуру за легитимизацию языка, используемого для артикуляции личного опыта страдания, который до этого принадлежал исключительно к приватной сфере.

В российском контексте терапевтическая культура описывается Юлией Лернер как «квазизападная, квазикапиталистическая и постидеологическая» (Lerner 2011). В то время как в западных обществах десятилетиями развивалась и популяризировалась американизированная постфрейдистская психология, в России пока нет собственной устойчивой психологической культуры. Распространяется она неравномерно среди разных социальных слоев (Лернер 2021), особенно – среди разных поколений, позднесоветского и постсоветского, что проявляется в межпоколенческих конфликтах и разных представлениях о взрослении, заботе, воспитании (Шадрина 2014). Исследователи анализируют ее через призму эмоциональной культуры и феминистской критики. Исходя из первой позиции, выявляют, что эта культура формирует новый эмоциональный идеал «самопредпринимателей» (Yurchak 2003) или «хозяев себя» (Perheentupa, Salmenniemi 2019), подразумевающий индивидов, которые управляют своей идентичностью и эмоциями в той же мере, что и повседневными действиями. Так, терапевтическая культура предоставляет ресурсы, которые помогают адаптироваться к новой системе ценностей, новым формам социального неравенства и прекарности (Mazzarino 2013). В рамках феминистской критики терапевтической культуры мнения исследователей расходятся. Одни считают ее полем для самореализации женщин через личное раскрытие и альтернативой политической борьбе (Mazzarino 2013). Другие – указывают на то, что в рамках терапевтической культуры воспроизводятся традиционные представления о феминности и маскулинности, характерные для российского общества с его гендерным дисбалансом власти (Salmenniemi 2010). Несмотря на значимость терапевтической культуры в контексте позднего капитализма в ремаскулинизирующемся российском обществе (Рябов, Рябова 2008) многие ее аспекты отвергаются как слишком феминные. Ссылаясь на представление о «бабьем начале» русского человека, сформулированное Бердяевым, Олег Рябов показывает, как эмоциональность, совесть и стремление к справедливости воспринимаются как препятствия для «нового человека», которому для успеха в неолиберальном мире требуется «убить в себе бабу» (Рябов 2007).

Терапевтическая культура создает культурный контекст, в рамках которого молодежь проживает и осмысляет транзицию во взрослость (процесс становления взрослым). Взросление для современных молодых людей характеризуется как жизнь в «обществе риска» (Бек 2000) или «второй современности» (Бек 2008), где личные биографии становятся уникальными, индивидуализированными и нелинейными. В этой среде формирование

идентичности превращается в задачу, на смену данности приходят осознанные усилия, выбор и саморефлексия (Andres, Wyn 2010; Митрофанова 2019). С упадком государства благосостояния и подъемом неолитерализма в западных странах культурная модель взрослости, основанная на стабильности и четко определенной транзигции во взрослость, теперь структурно недостижима для молодежи (Woodman, Bennett 2015). Традиционные маркеры взрослости, такие как брак, покупка дома, построение карьеры и другие, становятся труднодоступными, сама транзигция во взрослость превращается в длительный, эмоционально насыщенный процесс поиска счастья, самореализации и смысла (Hartmann, Swartz 2007: 278). Место прежней культурной модели взросления занимает модель «терапевтической самости», где поиск заканчивается созданием независимой и цельной личности (Silva 2012). Эта модель позволяет молодым людям переосмыслить «компетентную взрослость», используя рефлексигию для анализа прошлых опытов как средство преодоления трудностей и обретения чувства контроля над неопределенностью жизни в эпоху постмодерна. Вектор перехода во взрослость российской молодежи сближается с глобальным трендом: процесс взросления перестает укладываться в систему ритуалов и жестких схем, доминировавших в советский период (Митрофанова 2019); происходят процессы индивидуализации, ориентации на карьеру и самореализацию, откладывания брака на поздний срок (Вишневикий 2006); на первый план выходят субъективные маркеры взрослости (Павленко, Якубовская 2020). Таким образом, взросление становится индивидуализированным проектом формирования идентичности, где терапевтическая культура задает рамки для понимания взрослости.

В этой статье исследуется, каким образом терапевтическая культура трансформирует культурную модель взрослости: как молодые люди представляют свой путь к взрослости, как формируются основные критерии взрослости и почему признаются таковыми, какие формы приобретает терапевтический дискурс в нарративах мужчин и женщин, младших и старших миллениалов, жителей Санкт-Петербурга и Краснодара.

### **Методология исследования**

Эмпирическую базу исследования составили 40 глубоких полуструктурированных интервью с женщинами и мужчинами из Санкт-Петербурга и Краснодара, от 20 до 40 лет. Исследуемые подразделялись на «младших» (18–23 года) и «старших» (38–43 года) миллениалов. Согласно классификации Вадима Радаева (2019), миллениалы, они же поколение Y – это люди, чьи годы рождения пришлись на период реформ (1982–2000), а взросление проходило в относительно благополучный период (с начала XXI в.). В выборку включено по 20 человек из каждого

города, распределенных поровну между двумя возрастными когортами, при этом обеспечено гендерное равенство в составе участников. Выбор Санкт-Петербурга и Краснодара, представляющих север и юг, центр и регион, обусловлен стремлением охватить широкий спектр российских биографических контекстов. Разделение «молодежи» на подгруппы условно двадцатилетних и сорокалетних позволяет проанализировать взаимодействие с терапевтической культурой на различных этапах жизненного пути.

Для исследования привлекались информанты с разнообразным социально-экономическим бэкграундом, образовательными и трудовыми траекториями. Среди двадцатилетних петербуржцев ни один информант не состоит в браке и не имеет детей; среди краснодарцев две информантки замужем, бездетны. Большинство участников имеют высшее образование или находятся в процессе его получения. Есть информанты со средним общим и средне-специальным образованием. Некоторые живут с родителями, другие – отдельно. В когорте сорокалетних большинство имеют высшее образование и живут в своих квартирах. У половины информантов есть дети. Один информант из Краснодара никогда не был женат, четверо состоят в браке, остальные – разведены. Среди петербуржцев двое не женаты, две участницы разведены, остальные состоят в браке.

Поиск информантов осуществлялся через личные сети исследователей проекта и объявления в социальных сетях, опубликованных Центром молодежных исследований, а также методом снежного кома. Все участники дали согласие на запись интервью и проинформированы о праве не делиться чувствительной информацией. Собранные данные дословно транскрибированы и анонимизированы. Анализ интервью проводился с использованием нарративного тематического анализа, с его помощью выделены элементы терапевтического нарратива, которые побуждают индивида распознавать патологические мысли и поведение, искать их скрытые причины в семейном прошлом, делиться своей историей страданий и побеждать свое прошлое через реконструкцию эмансипированного и независимого «Я» (Шоуз 2003).

### **Терапевтический нарратив как способ презентации процесса взросления**

Нарративы наших информантов гетерогенны, как и сама российская молодежь (в частности, значительны когортные и гендерные различия), но независимо от специфики интерпретации элементов терапевтической культуры в конкретных случаях, можно говорить о дискурсивной власти этой культуры в среде российской молодежи. Терапевтический нарратив для современной российской молодежи служит не только основой само-описания, но и важным способом презентации процесса взросления, что свидетельствует о глубоком вовлечении молодых людей в терапевтическую

культуру. Нарративы о взрослении строятся вокруг модели «терапевтической самости», где лейтмотивами повествования являются саморазвитие, самопознание и «открытие себя». Взросление воспринимается как путь от непонимания и неприятия себя к формированию целостной личности и достижению психологического комфорта. В этой логике выделяются различные этапы жизненного пути. Например, Информант 5 (21, Санкт-Петербург) описывает свой путь как последовательность изменений от стадии «*пай-мальчика*» через «*бунтарство*» к периоду «*кайфа*» с увеличением уровня агентности и удовлетворения от своей деятельности на каждом этапе. Ключевыми событиями в нарративах о взрослении становятся те, что связаны с поиском себя и личностным развитием. Для Информантки 7 (20, Санкт-Петербург) таким событием стало приобщение к рисованию, которое предложило ей новый способ самовыражения.

Терапевтический нарратив тесно переплетается с нарративом, который можно охарактеризовать как модернистский или прогрессистский. В автобиографиях информантов этот нарратив обычно принимает форму истории восходящего развития, где настоящий период воспринимается как лучший из всех прожитых, период наивысшего интеллектуального и личностного роста. Так, восемнадцатилетняя информантка из Краснодара ценит текущий период жизни за возможность «*проработать травму*», «подняться» над ней и встроить ее в автобиографию как часть общего жизненного опыта. Молодежь воспринимает дальнейший жизненный путь через призму самосовершенствования, через работу со своими эмоциями и чувствами: «...*хотелось бы больше работать над собой. Но в целом мне все нравится. И сейчас я себя чувствую гораздо более счастливым, нежели, может быть, год назад*» (Информант 122, 22, Краснодар). Здесь и далее прослеживается императив достижения абсолютного счастья через анализ и отказ от негативных чувств прошлого в настоящем.

Идея «работы над собой», которая часто звучит в нарративах информантов, интерпретируется не только в психологическом ключе – как работа над личными качествами и кругозором, но и в рыночном – как стремление улучшить свои профессиональные навыки для повышения конкурентоспособности на рынке труда. Таким образом, саморазвитие воспринимается не только как личное устремление, а как своего рода обязанность перед обществом и личный маркетинговый проект. Некоторые информанты, особенно двадцатилетние мужчины, выражают желание «*хакнуть систему*» – достичь высокого статуса и больших доходов, минуя традиционный путь карьерного роста в корпорации. Они планируют сделать это через предпринимательство, самозанятость и краткосрочное неформальное образование.

Терапевтико-прогрессистский нарратив находит отражение в представлениях о романтических отношениях, особенно среди молодых женщин. В таких отношениях ценятся те аспекты, которые способствуют взаимному развитию партнеров. «*Вы можете учиться друг у друга*», – отвечает инфор-

мантка на вопрос об идеальных отношениях (Информантка 126, 18, Краснодар). Терапевтическое осмысление романтических отношений в нарративах мужчин-информантов практически отсутствует.

В нарративах как женщин, так и мужчин присутствуют размышления о «работе над собой», однако эти размышления носят гендерно-специфический характер с преобладанием либо рыночного, либо эмоционального аспекта в зависимости от гендера. Мужчины склонны сосредотачиваться на «прокачке» личных навыков и компетенций для преодоления корпоративных ограничений, минуя терапевтическую работу над собой. Женщины, напротив, часто используют терапевтический подход как средство для понимания и построения межличностных отношений. Так, молодая информантка, говоря о зрелости, апеллирует к психологическому клише «*выхода из зоны комфорта*» как к идеалу взрослости, подразумевая способность находить компромиссы и адаптироваться к другим через анализ своих и чужих эмоциональных и ментальных состояний: «*Находит компромисс, вылезать из зоны своего комфорта и иногда подстраиваться под людей, потому что без этого никак, как бы не хотелось*» (Информантка 7, 20, Санкт-Петербург).

В нарративах старшей когорты миллениалов можно выделить два основных тренда. Первый, опираясь на слова одной из информанток, можно охарактеризовать как стремление к гармонии. На определенном этапе люди осознают свое место в жизни и мирятся с реальностью, которая далека от юношеских представлений и идеалов. В отличие от двадцатилетних, для которых текущий этап является периодом активного саморазвития, сорокалетние чаще принимают отсутствие «супердостижений» как норму. Второй тренд выражается в отрицании императива постоянного личностного развития. Хотя этот императив присутствует в нарративе как доминирующий дискурс, самоописания выстраиваются от противного:

...по сути-то я вот такая жопа ленивая. Мне не нужно вот это вот, куда-то бежать, какие-то путешествия, какие-то эмоции. Я прекрасно без них обхожусь. Вот мне бы сидеть бы, пирожки. Главное, чтобы кто-то приходил, их ел, и все были довольные (Информантка 27, 38, Санкт-Петербург).

### **Самоконтроль и самопознание как практики заботы и контроля над собой**

В нарративах информантов основными категориями, определяющими культурный образ взрослости, являются контроль и осознанность. Эта диада во многом напоминает концепцию власти-знания Фуко: субъект может контролировать лишь то, что осознает, и наоборот, осознание способствует контролю. Такой контроль (власть) над собой и способ самопознания не существуют в вакууме: человек становится проводником терапевтического дискурса, который претендует на истинное знание

о самоконтроле и самопознании. Продолжая эту логику, самоконтроль-самопознание, рассматриваемые как осуществление власти над собой, могут также трактоваться как забота о себе. Согласно Фуко, это можно рассматривать как процесс, в ходе которого индивид создает собственные нормы и правила поведения, то есть становится «логосом» для самого себя (Фуко 2006).

Особое внимание информанты уделяют критерию осознанности при периодизации своих автобиографий: взросление, как правило, начинается с формулирования собственных желаний, целей и стремлений. При этом в нарративах присутствуют заметные гендерные различия в понимании осознанности. Женские нарративы чаще фокусируются на «*понимании себя*» и осознании личных границ, как своих, так и чужих: «*...взрослость – это какое-то осознание себя и осознание того, что другие могут абсолютно по-другому себя чувствовать*» (Информантка 126, 18, Краснодар). В мужских нарративах осознанность чаще ассоциируется с достижениями в материальном мире и приобретает отчетливый рыночный оттенок: «*...это лучшее время в моей жизни, потому что это было самое продуктивное, у меня была конкретная цель*» (Информант 123, 21, Краснодар).

Концепция контроля как ключевого критерия взрослости проявляется в двух основных контекстах. Первый связан с борьбой за право контролировать свою жизнь. Это характерно для молодежи, проживающей сепарацию от родительской семьи, особенно в тех случаях, когда ранее все решения принимались за ребенка. Также это актуально для сорокалетних женщин, переживших развод и/или возвращающихся на работу после долгого перерыва. Второй контекст – это контроль над собственными эмоциями, чувствами и ментальными состояниями. Создается образ взрослого как самодостаточного и автономного субъекта, способного самостоятельно обеспечивать себя поддержкой и любовью, и потому не нуждающегося во внимании других, то есть не зависящего от них. Иногда понятие «контроль» сужается до «подавления» и приобретает негативную окраску: в этом контексте человек становится проводником контроля – и тюремщиком, и заключенным, он помещает свою психику в тюрьму, где чувства и эмоции постоянно подавляются.

Концепция контроля и осознанности влияет на взаимоотношения индивида не только с самим собой, но и с окружающими. Одним из примеров является парадигма материнства, которая теперь охватывает не только интенсивное участие в жизни ребенка, но и осознанно-заботливый подход. Существует понимание важности учета и уважения психологических границ – как собственных, так и ребенка. Например, фраза ребенка «Я не буду есть» теперь рассматривается не как каприз, а как проявление его воли и считается актом отстаивания личных границ, достойным уважения.

В нарративах информантов эмоции, чувства и ментальные состояния выступают в роли своеобразного критерия оценки взрослости человека. В их понимании быть взрослым означает осознавать свои и чужие границы, контролировать свои эмоциональные порывы. Прогрессистский нарратив

подразумевает переход к более сбалансированному эмоциональному состоянию и «проработке травм». Таким образом, сфера эмоционального становится ключевым элементом в понимании взросления.

Осуществление власти-знания над своей психикой становится абсолютным критерием взрослости. И этот критерий позволяет проявиться дискриминирующему свойству терапевтической культуры: никто не может считаться взрослым, так как совершенство в самоконтроле и самопознании недостижимо: «*Взрослые – это те, у кого все под контролем, а таких людей не бывает*» (Информантка 128, 19, Краснодар). Таким образом, и в рамках терапевтической культуры, которая манит образом взрослости, альтернативным труднодостижимому идеалу «высокооплачиваемая работа – собственная квартира – стабильный брак», взрослость оказывается столь же недостижимой целью.

### **Дискурсивные режимы взросления в контексте терапевтической культуры**

Российская молодежь представляет собой неоднородную группу, и дискурсивные режимы взросления, которые она производит в контексте терапевтической культуры, разнообразны и сложны. Терапевтическая культура предлагает инструментарий для критического анализа социальной реальности, но в то же время ее принципы могут использоваться для оправдания социального неравенства. Она способствует созданию более феминизированного культурного образа взрослости, однако также формирует идеального дисциплинарного субъекта эпохи постфеминизма. Терапевтический подход к биографии может помочь человеку вернуть контроль над своей жизнью в условиях всеобщей неопределенности, но он также может привести к отчуждению агентности. Раскрытие этих тезисов посвящен данный раздел.

С одной стороны, терапевтическая культура предлагает молодежи инструменты и язык для критического осмысления и противодействия несправедливости в их повседневной жизни. Например, когда в период сепарации они сталкиваются со стремлением родителей контролировать жизни отпрысков с помощью вины и стыда: «*Спасибо маме за расстройство пищевого поведения, поэтому я постоянно была в каком-то забеге, и мама была очень мной разочарована, когда я сказала просто "нет, я больше не хочу"*». (Информантка 8, 21, Санкт-Петербург). Сорокалетние информанты, воспитанные вне терапевтической культуры, оказываются менее склонными к критике дисбаланса власти в частной сфере и позиционированию себя в качестве активных субъектов.

С другой стороны, терапевтическая культура становится инструментом управления. В рамках неолиберального дискурса терапевтическая культура способствует распространению идеи отсутствия структурных барьеров и подчеркивает, что единственная проблема – это недостаточные

усилия со стороны людей. «Выход из зоны комфорта» становится общепринятым способом решения проблем, а взрослость определяется через способность не поддаваться влиянию внешних факторов.

Также терапевтическая культура интегрируется в процессы (вос)производства фемининности и маскулинности. Культурный сдвиг в понимании гендерных аспектов взрослости становится очевидным, когда сравниваются высказывания информанток из младшей и старшей когорт миллениалов. Информантка старшей когорты транслирует традиционное восприятие взрослости как мужской привилегии: *«Поэтому он никогда меня не считал взрослой, потому что все бабы – дуры.»* (Информантка 146, 42, Краснодар). Напротив, информантка из младшей когорты воспринимает свою эмоциональность, традиционно считающуюся феминной и порицаемой чертой личности, положительно и связывает ее с «внутренним ростом»: *«Я очень восприимчивая и чувствительная, поэтому все события, которые с такими скачками – они влияют на меня, на мой рост внутренний»* (Информантка 126, 18, Краснодар). Таким образом формируется новая эмоциональная культура, в которой взрослость перестает пониматься в рамках маскулинной эмоциональной самоизоляции и становится более доступной для женщин. Кроме того, терапевтическая культура отходит от поощрения жертвенности, традиционно связываемой с женской ролью, вместо этого акцентирует внимание на концепции ресурсности и установлении личных границ. Мужчины также находят возможность для эмоционального раскрепощения в терапевтической культуре, предоставляющей альтернативу неомачистским культурным нормам, где выражение эмоций находится под запретом.

Терапевтическая культура, существующая в рамках неолиберальной парадигмы, обуславливает подход, при котором ментальные и эмоциональные состояния подвергаются мониторингу, контролю и корректировке. Информантки формируют образ себя как активных участниц жизни в духе постфеминистских идеалов, которые осознанно выбирают свой путь и постоянно стремятся к самосовершенствованию (Tai 2020), принимают на себя полную ответственность за все аспекты своей жизни. В этой логике на формирование взрослости может повлиять только сам индивид, а структурным факторам места нет.

При отрицании роли структуры в процессе взросления она все же всплывает в нарративах – как правило, женских. Так, становится очевидно, что терапевтическая культура является проводником не только (и не столько) внутреннего, но и внешнего контроля. По мнению сорокалетней петербурженки, обязанность взрослого – быть счастливым, только счастливый человек «имеет право» сделать счастливым кого-то другого. Однако в ее высказывании важен не столько личный опыт счастья, сколько стремление соответствовать общественным ожиданиям – она говорит: *«я похожа на счастливого человека»*, а не *«я счастливый человек»*, то есть дело не в декларируемой *«работе над собой»*, а в соответствии социальным стандартам счастья.

Терапевтическая интерпретация биографии может привести как к присвоению, так и к отчуждению агентности. С одной стороны, терапевтическая культура утверждает, что контроль над собой позволяет регулировать жизнь в целом и может стать источником утешения и опоры во времена неопределенности. Этот подход применяется как для анализа настоящего, так и для переосмысления прошлого. Рефлексируя над своим прошлым, информантка из Краснодара рассматривает определенные события своей жизни как травмы и через их терапевтическое осмысление обретает над ними контроль: *«Ну, есть вещи, которые я могу осознать как свои травмы, и потом понять, что это как-то связано с тем поведением, которое я проявляю, или там из-за событий, которые произошли»* (Информантка 126, 18, Краснодар).

С другой стороны, терапевтическое мышление может приводить к отчуждению агентности. Рассмотрим этот тезис на двух примерах. Первый представлен в медиализированном нарративе 21-летней жительницы Санкт-Петербурга. Описывая свои романтические отношения, которые она характеризует как *«агрессивные и очень токсичные»*, информантка переносит ответственность со своего обидчика на его *«ментальные проблемы»*. Партнер, учинивший *«эмоциональное насилие»* над информанткой, риторически оформляется как заложник собственных эмоциональных и ментальных состояний. Такой подход, основанный на популярной психологии и стремлении найти психологическое объяснение всему, приводит к оправданию насилия. Второй пример демонстрирует нарратив сорокалетней жительницы Санкт-Петербурга, обсуждающей ситуацию *«абьюзерства»* (по ее определению). Она не винит коллег, которые травили ее на рабочем месте – лишь себя за то, что *«не выстояла»*, ушла с работы и *«спряталась»* в *«семейную ракушку»* и описывает выход из *«некомфортной»* ситуации как *«неправильный с точки зрения [ее] развития»*. По мнению информантки, вина за произошедшее лежит на ней, так как она не смогла соответствовать образу идеального взрослого.

## **Заключение**

Терапевтическая культура в значительной мере определяет формирование новой культурной модели взрослости. Терапевтический нарратив становится одним из основных способов, с помощью которого люди представляют себя и свой путь к взрослости. Концепции осознанности и контроля над собой, активно культивируемые в рамках терапевтической культуры, становятся основными критериями взрослости. В этом контексте все аспекты жизни, от планов на будущее до романтических отношений, оцениваются и интерпретируются через призму терапевтической культуры.

Дискурсивная власть терапевтической культуры охватывает различные регионы России, преодолевая географические и культурные различия

между севером и югом, центром и периферией<sup>1</sup>. Напротив, гендерные и возрастные различия более значительны, чем региональные. Двадцатилетние информанты, воспитанные в контексте терапевтической культуры, склонны воспринимать ее термины и ценности как данность. В то же время сорокалетние, социализированные в другом культурном контексте, часто смотрят на них с недоверием, недоумением и даже презрением. В женских нарративах терапевтический язык часто используется для глубокой рефлексии, при этом акцент делается на личных границах, безопасности и проживании травмы. В мужских нарративах терапевтический дискурс зачастую принимает более инструментальную и рыночно-ориентированную форму. Подчеркивая установку на позитив, мужчины часто изображают свой жизненный путь как историю успеха, в то время как негативные моменты и испытанные трудности остаются невысказанными. Несмотря на отсутствие однозначных данных о том, чувствуют ли мужчины себя более счастливыми на текущем этапе взросления, можно с уверенностью сказать, что они склонны представлять свою транзицию во взрослость через призму позитивного восприятия.

Многообразие дискурсивных режимов взросления в нарративах молодежи отражают сложную и двойственную природу терапевтической культуры. Ее можно рассматривать и как паноптическую технику (вос)производства власти-знания, и как технику себя, которая может как поддерживать существующий порядок вещей, так и способствовать сопротивлению. Терапевтическая культура, претендуя на обладание истины о внутреннем мире человека, по сути участвует в производстве власти-знания над человеческими эмоциями и чувствами. Однако эта власть не всегда является угнетающей. Согласно Фуко, она может быть и «позитивной», формирующей и конструирующей человеческие жизни и идеи. Используя фукианскую теорию, можно сделать следующий вывод: то, что кажется бинарной оппозицией, на самом деле является взаимосвязанными аспектами. В контексте терапевтической культуры осуществление «власти-знания» над собой тесно связано с процессом заботы о себе.

### **Выражение признательности**

Статья подготовлена в рамках проекта «Взросление российской молодежи в 21 веке: поколенческий анализ», реализуемого Центром молодежных исследований НИУ ВШЭ СПб в 2020–2022 гг. при поддержке Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики».

<sup>1</sup> В задачи настоящего исследования не входил анализ потребления в рамках терапевтической культуры, поэтому не могу утверждать наличие или отсутствие различий между Санкт-Петербургом и Краснодаром в вопросах популярности психотерапевтов, финансовой доступности психологических услуг и т.д. Здесь речь идет о единстве взглядов на терапевтическую природу культурной модели взрослости.

Благодарю руководителя проекта Елену Леонидовну Омельченко, координатора проекта Надежду Андреевну Нартову, а также коллег Дарью Петрунину, Анастасию Саблину, Евгению Кузинер, Алёну Кравцову и Ирину Лисовскую за сбор полевых материалов.

### Список источников

- Бек У. (2000) *Общество риска. На пути к другому модерну*. М.: Прогресс-Традиция.
- Бек У. (2008) *Космополитическое мировоззрение*. М.: Центр исследований постиндустриального общества.
- Вишневский А. Г. (2006) Обновление семьи и брака. А. Курилкин (ред.) *Демографическая модернизация России*. М.: Новое издательство: 66–146.
- Митрофанова Е. С. (2019) Модели взросления разных поколений россиян. *Демографическое обозрение*, 6 (4): 53–82.
- Павленко Е. С., Якубовская А. А. (2020) Интерпретации взросления и формирование образовательных траекторий. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, (3): 376–390.
- Радаев В. В. (2019) *Миллениалы: Как меняется российское общество*. М.: Издательский дом НИУ ВШЭ.
- Рябов О. В. (2007) «Россия-Матушка»: Национализм, гендер, война в России XX века. Stuttgart; Hannover: Ibidem.
- Рябов О., Рябова Т. (2008) «Россия поднимается с колен»: ремаскулинизация и новая российская идентичность. *Личность. Культура. Общество*, (3/4): 250–257.
- Фуко М. (1999) *Надзирать и наказывать: рождение тюрьмы*. М.: Ad Marginem.
- Фуко М. (2006) *Интеллектуалы и власть: избранные политические статьи, выступления и интервью*. Ч. 3. М.: Праксис.
- Шадрин А. (2014) «Жизнь без боли»: детская психологическая травма между советской и постсоветской модернизациями. *Неприкосновенный запас*, (6): 167–185.
- Andres L., Wyn J. (2010) *The Making of a Generation: The Children of the 1970s in Adulthood*. Toronto: University of Toronto Press.
- Becker D. (2005) *The Myth of Empowerment: Women and the Therapeutic Culture in America*. N.Y.: NYU Press.
- Campanella B., Castellano M. (2015) Therapeutic Culture and New Age: Communicating the 'Religiosity of Self.' *Comunicação, Mídia e Consumo*, 12 (33): 170–190.
- Foster R. (2016) Therapeutic Culture, Authenticity and Neo-Liberalism. *History of the Human Sciences*, 29 (1): 99–116.
- Foucault M. (1982) Afterword: The Subject and Power. In: H. L. Dreyfus, P. Rabinow (eds.) *Michel Foucault: Beyond Structuralism and Hermeneutics*, 2nd edn. Brighton: The Harvester Press: 208–226.
- Foucault M. (1988) Technologies of the self. In: L. H. Martin, H. Gutman, P. H. Hutton (eds.) *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*. Amherst, MA: University of Massachusetts Press: 16–49.
- Foucault M. (1994) Foucault, Feminism and Questions of Identity. In: G. Gutting (eds.) *The Cambridge Companion to Foucault*. Cambridge: Cambridge University Press: 286–313.
- Furedi F. (2004) *Therapy Culture. Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. Londres: Routledge.
- Gibson M. (2015) Analysis of Social Work Practice: Foucault and Female Body Image in Therapy. *Journal of Social Work Practice*, 29 (3): 287–299.

- Giddens A. (1991) *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford: Stanford University Press.
- Gill R. (2007) Postfeminist Media Culture: Elements of Sensibility. *European Journal of Cultural Studies*, 10 (2): 147–166.
- Hartmann D., Swartz T. T. (2007) The New Adulthood? The Transition to Adulthood from the Perspective of Transitioning Young Adults. *Constructing Adulthood: Agency and Subjectivity in the Life Course. Advances in Life Course Research*, (10): 255–289.
- Heywood A. (1997) *Politics*. Macmillan, London.
- Illouz E. (2003) *Oprah Winfrey and the Glamour of Misery*. New York: Columbia University Press.
- Illouz E. (2007) *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Oxford; Malden: Polity Press.
- Illouz E. (2008) *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help*. University of California Press.
- Lerner J. (2011) TV Therapy without Psychology: Adapting the Self in Post-Soviet Media. *Laboratorium: Russian Review of Social Research*, 3 (1): 116–137.
- Matza T. (2009) Moscow's Echo: Technologies of the Self, Publics and Politics on the Russian Talk show. *Cultural Anthropology*, 24 (3): 489–522.
- Mazzarino A. (2013) Entrepreneurial Women and the Business of Self-Development in Global Russia. *Signs*, 38 (3): 623–645.
- McGee M. (2005) *Self-Help: Makeover Culture in American Life*. Oxford: Oxford University Press.
- Perheentupa I., Salmenniemi S. (2019) Treading the Tightrope of Femininity: Transforming Gendered Subjectivity in a Therapeutic Community. *European Journal of Women's Studies*, 26 (4): 390–404.
- Roberts M. (2005) The Production of the Psychiatric Subject: Power, Knowledge and Michel Foucault. *Nursing Philosophy*, (6): 33–42.
- Rockler N. R. (2003) Entertainment, the Personal, and the Political: Therapeutic Rhetoric and Popular Culture Controversies. *The Communication Review*, (6): 97–115.
- Salmenniemi S. (2010) In Search of a 'New Wo(Man)': Gender and Sexuality in Contemporary Russian Self-Help Literature. In: A. Rosenholm, K. Nordenstreng, E. Trubina (eds.) *Russian Mass Media and Changing Values*. London: Routledge: 134–154.
- Salmenniemi S. (2019) Therapeutic Politics: Critique and Contestation in the Post-Political Conjunction. *Social Movement Studies*, 18 (4): 408–424.
- Salmenniemi S. (2022) *Affect, Alienation, and Politics in Therapeutic Culture. Capitalism on the Skin*. Cham: Palgrave Macmillan.
- Salmenniemi S., Adamson M. (2015) New Heroines of Labour. Domesticating Postfeminism and Neoliberal Capitalism in Russia. *Sociology*, 49 (1): 88–105.
- Silva J. M. (2012) Constructing Adulthood in an Age of Uncertainty. *American Sociological Review*, 77 (4): 505–522.
- Swan E. (2007) 'You Make Me Feel like a Woman': Therapeutic Cultures and the Contagion of Femininity. *Gender, Work & Organization*, 15 (1): 88–107.
- Tai Yu. (2020) Can-Go Girls: (Re)Making Neoliberal Ideal Girl Subjects through Round-the-World Travel. *Women's Studies*, 49 (6): 596–615.
- Taylor C. (1991) *Ethics of Authenticity*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Woodman D., Bennett A. (2015) Cultures, Transitions and Generations: The Case for a New Youth Studies. In: D. Woodman, A. Bennett (eds.) *Youth Cultures, Transitions and Generations: Bridging the Gap in Youth Research*. London: Palgrave: 1–15.
- Wright K. (2008) Theorizing Therapeutic Culture: Past Influences, Future Directions. *Journal of Sociology*, 44 (4): 321–336.
- Yurchak A. (2003) Russian Neoliberal: The Entrepreneurial Ethic and the Spirit of 'True Careerism.' *Russian Review*, 62 (1): 72–90.

Anastasiia Andreeva

## TRANSITION TO ADULTHOOD IN THERAPEUTIC CULTURE

Arriving in Russia at a time of transition to a market economy, therapeutic culture largely defined how people began to live and interpret their material and emotional experience of transition to adulthood in a post-Soviet society. Although therapeutic culture has been actively discussed in academic discourse, the question of how therapeutic culture transforms the cultural model of adulthood remains underresearched. Drawing on Foucault's concept of power/knowledge and Silva's model of therapeutic selfhood, the author analyzes the specifics of Russian youth's transition to adulthood in therapeutic culture. The findings are based on a series of semi-structured in-depth interviews with 20- and 40-year-olds – 'youngest' (18–23 y. o.) and 'oldest' (38–43 y. o.) millennials according to Radaev's classification – women and men from St. Petersburg and Krasnodar. The interview analysis allowed us to identify the therapeutic narrative as a dominant way of presenting the transition to adulthood and identify control and awareness (power/knowledge in the therapeutic context) as the main categories for formulating the cultural image of adulthood. The author concludes that in the context of therapeutic culture, exercising power/knowledge over the self is inseparable from taking caring for the self.

*Key words:* transition to adulthood, therapeutic culture, emotions, gender, power/knowledge

DOI: 10.17323/727-0634-2024-22-1-59-78

## References

- Andres L., Wyn J. (2010) *The Making of a Generation: The Children of the 1970s in Adulthood*. Toronto: University of Toronto Press.
- Beck U. (1992) *Risk Society: Towards a New Modernity*. London: SAGE Publications.
- Beck U. (2006) *Cosmopolitan Vision*. Cambridge: Polity Press.
- Becker D. (2005) *The Myth of Empowerment: Women and the Therapeutic Culture in America*. N.Y.: NYU Press.
- Campanella B., Castellano M. (2015) Therapeutic Culture and New Age: Communicating the 'Religiosity of Self'. *Comunicação, Mídia e Consumo*, 12 (33): 170–190.
- Foster R. (2016) Therapeutic Culture, Authenticity and Neo-Liberalism. *History of the Human Sciences*, 29 (1): 99–116.

---

Anastasiia Andreeva – trainee researcher at the Centre for Youth Studies, HSE University, St. Petersburg, Russian Federation. Email: as.andreeva@hse.ru

- Foucault M. (1982) Afterword: The Subject and Power. In: H. L. Dreyfus, P. Rabinow (eds.) *Michel Foucault: Beyond Structuralism and Hermeneutics*, 2<sup>nd</sup> edn. Brighton: The Harvester Press: 208–226.
- Foucault M. (1988) Technologies of the self. In: L. H. Martin, H. Gutman, P. H. Hutton (eds.) *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*. Amherst, MA: University of Massachusetts Press: 16–49.
- Foucault M. (1991) *Discipline and Punish*. Penguin, London.
- Foucault M. (1994) Foucault, Feminism and Questions of Identity. In: G. Gutting (eds.) *The Cambridge Companion to Foucault*. Cambridge: Cambridge University Press: 286–313.
- Foucault M. (2006) Intellektualy i vlast': izbrannye politicheskie stat'i, vystuplenija i interv'ju [Intellectuals and Power: Chosen Political Articles, Speeches, and Interviews]. Vol. 3. Moscow: Praxis.
- Furedi F. (2004) *Therapy Culture. Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. London: Routledge.
- Gibson M. (2015) Analysis of Social Work Practice: Foucault and Female Body Image in Therapy. *Journal of Social Work Practice*, 29 (3): 287–299.
- Giddens A. (1991) *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford: Stanford University Press.
- Gill R. (2007) Postfeminist Media Culture: Elements of Sensibility. *European Journal of Cultural Studies*, 10 (2): 147–166.
- Hartmann D., Swartz T. T. (2007) The New Adulthood? The Transition to Adulthood from the Perspective of Transitioning Young Adults. *Constructing Adulthood: Agency and Subjectivity in the Life Course. Advances in Life Course Research*, (10): 255–289.
- Heywood A. (1997) *Politics*. Macmillan, London.
- Illouz E. (2003) *Oprah Winfrey and the Glamour of Misery*. New York: Columbia University Press.
- Illouz E. (2007) *Cold Intimacies: The Making of Emotional Capitalism*. Oxford; Malden: Polity Press.
- Illouz E. (2008) *Saving the Modern Soul: Therapy, Emotions, and the Culture of Self-Help*. University of California Press.
- Lerner J. (2011) TV Therapy without Psychology: Adapting the Self in Post-Soviet Media. *Laboratorium: Russian Review of Social Research*, 3 (1): 116–137.
- Matza T. (2009) Moscow's Echo: Technologies of the Self, Publics and Politics on the Russian Talk show. *Cultural Anthropology*, 24 (3): 489–522.
- Mazzarino A. (2013) Entrepreneurial Women and the Business of Self-Development in Global Russia. *Signs*, 38 (3): 623–645.
- McGee M. (2005) *Self-Help: Makeover Culture in American Life*. Oxford: Oxford University Press.

- Mitrofanova E. S. (2019) Modeli vzroslenija raznyh pokolenij rossijan [Models of Transition to Adulthood of Different Generations of Russians]. *Demograficheskoe obozrenie* [Demographic Review], 6 (4): 53–82.
- Pavlenko E. S., Yakubovskaya A. A. (2020) Interpretatsii vzrosleniya i formirovanie obrazovatel'nykh traektorij [Interpretations of Adulthood and Formation of New Educational Trajectories]. *Monitoring obshchestvennogo mneniya: ekonomicheskie i sotsial'nye peremeny* [Monitoring of Public Opinion: Economic and Social Changes Journal], (3): 376–390.
- Perheentupa I., Salmenniemi S. (2019) Treading the Tightrope of Femininity: Transforming Gendered Subjectivity in a Therapeutic Community. *European Journal of Women's Studies*, 26 (4): 390–404.
- Radaev V. V. (2019) *Millenialy: Kak menjaetsja rossijskoe obshhestvo* [Millenials: How the Russian Society is Changing]. M.: HSE Publishing House.
- Rjabov O. V. (2007) 'Rossija-matushka': Nacionalizm, gender, vojna v Rossii XX veka ['Mother Russia': Nationalism, Gender, War in XX<sup>th</sup> century Russia]. Stuttgart; Hannover: Ibidem.
- Ryabov O., Ryabova T. (2008) 'Rossiya podnimaetsya s kolen': remaskulinizatsiya i novaya rossiyskaya identichnost' ['Russia is Rising from its Knees': Remasculinization and the New Russian Identity]. *Lichnost'. Kul'tura. Obshchestvo* [Personality. Culture. Society], (3/4): 250–257.
- Roberts M. (2005) The Production of the Psychiatric Subject: Power, Knowledge and Michel Foucault. *Nursing Philosophy*, (6): 33–42.
- Rockler N. R. (2003) Entertainment, the Personal, and the Political: Therapeutic Rhetoric and Popular Culture Controversies. *The Communication Review*, (6): 97–115.
- Salmenniemi S. (2010) In Search of a 'New Wo(Man)': Gender and Sexuality in Contemporary Russian Self-Help Literature. In: A. Rosenholm, K. Nordenstreng, E. Trubina (eds.) *Russian Mass Media and Changing Values*. London: Routledge: 134–154.
- Salmenniemi S. (2019) Therapeutic Politics: Critique and Contestation in the Post-Political Conjunction. *Social Movement Studies*, 18 (4): 408–424.
- Salmenniemi S. (2022) *Affect, Alienation, and Politics in Therapeutic Culture. Capitalism on the Skin*. Cham: Palgrave Macmillan.
- Salmenniemi S., Adamson M. (2015) New Heroines of Labour. Domesticating Postfeminism and Neoliberal Capitalism in Russia. *Sociology*, 49 (1): 88–105.
- Shadrina A. (2014) 'Zhizn' bez boli': detskaja psihologicheskaja travma mezhdru sovetsoj i postsovetsoj modernizacijami ['Life without Pain': Childhood Psychological Trauma between Soviet and Post-Soviet Modernizations]. *Neprikosnovennyj zapas* [Emergency Supply], (6): 167–185.
- Silva J. M. (2012) Constructing Adulthood in an Age of Uncertainty. *American Sociological Review*, 77 (4): 505–522.
- Swan E. (2007) 'You Make Me Feel like a Woman': Therapeutic Cultures and the Contagion of Femininity. *Gender, Work & Organization*, 15 (1): 88–107.
- Tai Yu. (2020) Can-Go Girls: (Re)Making Neoliberal Ideal Girl Subjects through Round-the World Travel. *Women's Studies*, 49 (6): 596–615.

- Taylor C. (1991) *Ethics of Authenticity*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vishnevskiy A. G. (2006) Obnovlenie sem'i i braka [Renewing Family and Marriage] In: A. Kurilkin (ed.) *Demograficheskaya modernizatsiya Rossii* [Demographic Modernization of Russia]. Moscow: Novoe izdatel'stvo: 66–146.
- Woodman D., Bennett A. (2015) Cultures, Transitions and Generations: The Case for a New Youth Studies. In: D. Woodman, A. Bennett (eds.) *Youth Cultures, Transitions and Generations: Bridging the Gap in Youth Research*. London: Palgrave: 1–15.
- Wright K. (2008) Theorizing Therapeutic Culture: Past Influences, Future Directions. *Journal of Sociology*, 44 (4): 321–336.
- Yurchak A. (2003) Russian Neoliberal: The Entrepreneurial Ethic and the Spirit of 'True Careerism.' *Russian Review*, 62 (1): 72–90.