

Нарушение эмоционального контакта ребенка с родителями представляет для него сильный психотравмирующий фактор. Наличие полноценных контактов ребенка с родителями, активная и тактичная забота о малыше, чувство безопасности способствуют, с одной стороны, развитию у маленького человека так называемого базового доверия к миру, а с другой — повышению у него конструктивной активности в освоении окружающего мира [3]. Теплые тесные связи ребенка с родителями (особенно с родителем того же пола, что и ребенок) способствуют развитию у него гуманного отношения к другим.

Таким образом, взрослый в своем взаимодействии с ребенком способствует его психическому, личностному развитию. Он, во-первых, обеспечивает благоприятные условия для формирования принципиальных личностных черт, во-вторых, влияет на развитие самооценки ребенка, его уровня притязаний, в-третьих, влияет на формирование мотивационной сферы и ценностных ориентаций [7, 10].

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Иванова Н.П., Бобылева И.А., Заводилкина О.В. Воспитание детей в семье в контексте социальных изменений // Начальная школа. 2004. № 3.
2. Ковалев С.В. Психология современной семьи: Информационно-методические материалы к курсу «Этика и психология семейной жизни». Книга для учителя. — М.: Просвещение, 1988.
3. Колосова С. Истоки детской агрессии // Школьный психолог. 2000. № 12.
4. Крайг Г. Психология развития. — СПб.: Питер, 2000.
5. Лисина М.И. Общение личность и психика ребенка. — М.: Воронеж, 1997.
6. Реан А.А., Бабосова Н.В., Розин В.И. Психология и педагогика. — СПб.: Питер, 2000.
7. Рудская А. Развитие общения ребенка со взрослыми и сверстниками. Дошкольное воспитание. 1988. № 3.
8. Сидоров С. Чем формируется личность? // Школьный психолог. 2000. № 4.
9. Степанов С. Становление человека: источники, цели, средства // Школьный психолог. 2001. № 4.
10. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. — М.: Просвещение, 1991.

Гончарова С.С.

## ИЗУЧЕНИЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ И ПРЕОДОЛЕНИЯ ПОТЕРИ ЗНАЧИМОГО ДРУГОГО В РАННЕМ ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

...Смерть — это такое событие, которое нельзя исправить, его можно только пережить. И никто за человека, потерявшего близкого, что не сможет сделать, только он сам. Но процесс переживания можно управлять, стимулировать, организовывать, обеспечивать благоприятные условия, стремиться к тому, чтобы этот процесс не шел патологическим путем, социально неприемлемым.

...Именно переживание — основной предмет приложения усилий практического психолога, помогающего личности в ситуации потери близкого человека.

Ф.Е.Василюк

Современную социально-экономическую ситуацию в мире можно охарактеризовать как крайне нестабильную: войны, террористические акты, безработица, множественность стрессоров, и как следствие — рост заболеваемости, смертности, саморазрушающего поведения и т.д. Поэтому понятна актуальность изучения совладания с ситуацией потери у взрослых и детей.

В 2002 году нами было проведено исследование, одной из задач которого было экспериментально-психологическое изучение переживания и способов преодоления потери значимого другого в раннем юношеском возрасте (выборка — старшеклассники). Объектом исследования стало негативное событие жизненного пути — потеря значимого другого. Предметом исследования являлись способы преодоления потери значимого другого в раннем юношеском возрасте. Под потерей мы будем понимать переживание горя после смерти значимого другого (родителя, сиблинга, родственника, друга, животного). Психологиче-

Гончарова Светлана Сергеевна — преподаватель кафедры прикладной психологии БГПУ им. М.Танка

– Происходит снижение интенсивности переживания событий, связанных со смертью близких (с  $M = -7,98$ ,  $\alpha = 2,19$  до  $M = -5,87$ ,  $\alpha = 3,30$ ). В то же время актуальная оценка ИП существенно меняется от испытуемого к испытуемому, то есть в настоящем вариативность измеряемого признака выше (мера изменчивости ( $\alpha$ ) имеет значительный разброс).

– Независимо от времени ретроспекции событий этого типа уровень интенсивности переживания их изменяется с высокого до умеренного. Исключение составляют события без даты их совершения: старшеклассники отмечают умеренный уровень ИП этих событий в прошлом и настоящем. Так как уровень ИП события определяет значимость данного события для личности в его психологической биографии, то мы можем констатировать тот факт, что эти события (без даты, с умеренным уровнем ИП) являются умеренно значимыми и оказывают умеренное влияние на жизненный путь старшеклассников.

Выявлены особенности переживания события потери, по сравнению с переживанием других негативных событий жизненного пути в раннем юношеском возрасте. Так, старшеклассники не связывают оценки интенсивности переживания негативных событий в прошлом и настоящем:  $r = 0,099$ ,  $p < 0,05$ . В то же время отмечено существование связи между ретроспективной оценкой ИП и актуальной оценкой ИП события потери:  $r = 0,356$ ,  $p < 0,05$ . Зафиксировано наличие статистически значимых различий в оценках ИП события в прошлом и настоящем:  $t = -4,775$ ,  $p = 0,0000$ .

Итак: 1) события этой категории не изменяют свою направленность, остаются негативными независимо от фактора времени; 2) изменяют свою значимость в психологической автобиографии старшеклассников от значимого до умеренно значимого события при большей индивидуальной вариативности в настоящем.

Среднее время ретроспекции событий потери составляет около 3 лет ( $M = 2,87$ ), то есть большая часть событий, связанных с ситуацией потери значимого другого, приходится на ближайшее настоящее старшеклассников, а переживание утраты (горя) для них — актуальная задача в данном этапе жизненного пути.

Средние способы преодоления используемыми и эффективными оказались поиск социальной поддержки, альтруизм и солидарность — «встречи и общение с людьми, которые пережили то же, что и я». Действительно, именно социальная поддержка в ситуации потери является очень мощным копинг-ресурсом. «Травмированная личность» убежде-

на, что понять ее может только тот, кто перенес то же самое, остальным же выражается глубокое недоверие. Недоверие распространяется и на психолога: обращение за помощью к психологу относится к неэффективным и редко используемым способам преодоления. Безучастие психолога в ситуации потери часто приводит к созданию стилизованных групп поддержки, которые развиваются по своим законам, а как следствие — патологическое протекание горя.

В когнитивной сфере происходит своеобразное «застревание» на проблеме: «Все время думаю о случившемся», «анализирую ситуацию». Среди эмоциональных способов преодоления преобладают «возмущение и жалость к себе», а также эмоциональная разрядка (плач) и выражение чувств печали, страха, злости, уныния. В травматической ситуации человек склонен искать как виновного, так и смысл случившегося. Старшеклассники задаются вопросами: «Почему именно я?», «Почему это случилось именно со мной?»

К неэффективным способам преодоления в ситуации потери старшеклассники отнесли — занятия упражнениями на внутреннее сосредоточение (йога, аутогенная тренировка, медитативные техники), поиск информации по проблеме и обращение за помощью к психологу, юмор и самоиронию.

### Заключение

Одним из значимых негативных событий жизненного пути для старшеклассников является событие смерти близких и животных (23,3% от общего количества негативных ситуаций).

Особенностью переживания этого события, по сравнению с другими негативными (межличностная сфера, учебная), отмеченными в психологической биографии, является связь оценок интенсивности переживания потери в прошлом и настоящем. Событие потери значимого другого нельзя «разрешить и изменить», как другие проблемные ситуации, поэтому все усилия человека направлены на переживание утраты. Смерть близких переживается старшеклассниками как травмирующее событие: уровень переживания высокий, который снижается с течением времени до умеренного.

Среди эффективных способов преодоления потери старшеклассники называют «социальную поддержку», «солидарность», «альтруизм», то есть присутствует ориентация на социальные контакты в процессе преодоления. С одной стороны, так решается проблема одиночества после

потери близких, с другой — именно социальная поддержка в процессе преодоления потери является мощным копинг-ресурсом.

Зафиксирована тенденция следующего характера: старшекласники используют те способы преодоления, которые считают эффективными для «преодоления ситуации невозможности» (Ф.Е.Васильюк).

В то же время отмечены некоторые противоречия психологического преодоления ситуации потери, которые проявляются в следующем: «мыслительная жвачка» (постоянные мысли о случившемся) и «возмущение и жалость к себе» широко используются, но не считаются эффективными в процессе преодоления потери; «отвлечение — смена самой деятельности и ее форм» и «подавление чувств» используются нечасто, но считаются эффективными. Противоречие проявилось и в отношении двух эмоциональных видов совладания — «эмоциональная разрядка» и «подавление чувств». Эти способы занимают второе и третье места в списке «помогающих» способов преодоления потери. Возможно, это противоречие связано с нестабильностью эмоционального состояния горюющего.

Проведенное исследование дает практический материал для дальнейшего изучения проблемы переживания и совладания с ситуацией потери. Тем самым создается теоретическая база для практической деятельности, направленной на психологическое сопровождение семей и детей в ситуации потери близких.

То, что старшекласники в кризисной ситуации не обращаются к психологу, является во многом следствием некой психологической культуры и несформированностью запроса на психологическую помощь в ситуации потери. Формированию запроса можно способствовать создание целостной системы психологического сопровождения ребенка и семьи в ситуации потери.

Разработка такой системы — дело будущего, но уже сейчас мы можем наметить некоторые задачи, которые она может решать:

1. Необходимость психологических знаний по проблеме у родителей, учителей, психологов и всех взрослых, кто так или иначе связан с детьми и кто может столкнуться с ситуацией, когда ребенку нужна будет помощь, поддержка и понимание.

2. Знакомление детей с печальной стороной жизни — смертью. Принятие идеи смерти — фундаментальная задача в развитии каждого ребенка и в достижении им зрелости.

В основе системы могут лежать следующие положения:

- Начинать готовить детей к встрече со смертью нужно задолго до того, когда они реально с ней встретятся.

- Знание о смерти, включая ее последствия и осознание ее неизбежности, — необходимая часть подготовки к жизни и вклад в психологический рост детей.

- Дети испытывают такие же сильные чувства, теряя близких, как и взрослые.

- Дети могут пройти через все, если им говорят правду, и позволяют поделиться естественными чувствами, которые испытывают люди, страдающие.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева А.Д. Как помочь ребенку пережить горе // Вопросы психологии. 1991. № 2. С. 39–45.
2. Флазер А., Хаим Э., Рингер Х., Томмен М. Проблемно-ориентированная психотерапия. Интегративный подход. — М.: Независимая фирма «Класс», 1998. 272 с.
3. Васильюк Ф.Е. Пережить горе // О человеческом в человеке. — М., 1991. С. 230–247.
4. Васильюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). — М.: Изд-во МГУ, 1984.
5. Коржова Е.Ю. Методика «Психологическая автобиография» в психодиагностике жизненных ситуаций: Методическое пособие / Под ред. Л.Ф.Бурлачука. — Киев: МАУП, 1994. 109 с.
6. Нартова-Бочавер С.К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 5. С. 20–30.

## ПРАВИЛА ПОДПИСКИ НА ЖУРНАЛЫ НА 2006 ГОД

Уважаемые читатели!

Вы можете подписаться на наши журналы на 2006 год через каталог Агентства «Роспечать»

----- Периодичность – 4 раза в год -----

♦ журнал «Психолог в детском саду»  
– подписной индекс 31927

♦ журнал «Психология и школа»  
– подписной индекс 31928

♦ журнал «Психология в вузе»  
– подписной индекс 31929

♦ журнал «Психологическая диагностика»  
– подписной индекс 32159

♦ журнал «Психология зрелости и старения»  
– подписной индекс 47375

♦ журнал «Семейная психология и семейная терапия»  
– подписной индекс 47356

----- Периодичность – 3 раза в год -----

♦ «Журнал практического психолога»  
– подписной индекс 71308

Справки по телефонам: (095) 134-44-28; (08439) 7-41-26

или по E-mail: a-lider@mail.ru; ig\_socin@mail.ru

# ЖУРНАЛ

## ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

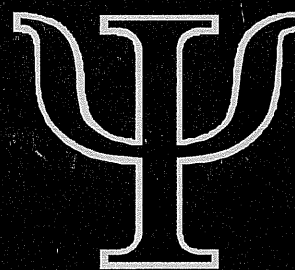
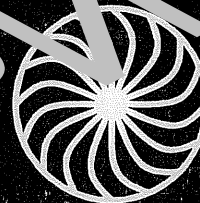
Победитель Национального психологического конкурса  
«Золотая Психея – 2000»

Специальный выпуск:

Теория и практика семейной психологии

В номере:

- ♦ Актуальные проблемы современной семьи
- ♦ Психология материнства и отцовства
- ♦ Ребенок в семье
- ♦ Психология супружеских дисгармоний и семейных конфликтов
- ♦ Психология гендерных отношений в контексте семьи
- ♦ Психологическая помощь семье



Научно-практический журнал  
№ 5 2005 МОСКВА

Теория и практика семейной психологии

Журнал практического психолога. Специальный выпуск:  
Теория и практика семейной психологии. – 2005. – № 5. –  
216 с.

Настоящий выпуск журнала содержит избранные статьи  
Международной Интернет-конференции по семейной  
психологии, которая состоялась весной 2005 года и была  
организована Белорусским государственным педагогическим  
университетом им. М. Танка.

Рецензенты:

Карабатова О.А., доктор психологических наук, профессор  
факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова

Шабельников В.К., доктор психологических наук, профессор  
РГГУ

Содержание:

Введение.....	3
<hr/> <i>Актуальные проблемы современной семьи</i> <hr/>	
Слепкова В.И. Психотерапевтическая функция семьи.....	8
Велента Т.Ф. Проблема психологической зависимости супругов от их родителей.....	15
Зайцева Т.В. Жизненные доминанты: карьера и семья.....	19
Гильманов С.А. Социально-психологические особенности современной российской семьи (на примере северного региона).....	26
<hr/> <i>Психология материнства и отцовства</i> <hr/>	
Белогородская Н. Культурные модели материнства и отцовства как факторы формирования родительского отношения.....	41
Куфтыко Е.В. Переживание матерью ситуации преждевременных родов и совпадение с ней.....	47
Мулкиджанян А.П. Влияние этнокультурных факторов на формирование психологической готовности к материнству.....	55
Сапарова И.А., Лашкова Е.И. Феномены отцовства и материнства в системе ценностей современной семьи.....	60
Филиппова Г.Г. Психологические проблемы при нарушениях репродуктивной функции у женщин.....	71
<hr/> <i>Ребенок в семье</i> <hr/>	
Агейко О.В. Особенности переживания детьми ситуации развода.....	89
Басалаева Н.В., Сырычева Т.А. К проблеме влияния семейного воспитания на личность ребенка.....	99
Гончарова С.С. Изучение переживания и преодоления потери значимого другого в раннем юношеском возрасте.....	107
Дрынкина А.С. Особенности социально-психологической адаптации детей из неблагополучных семей.....	114
Кранц И.И. Проблема становления личностной идентичности в контексте социального самоопределения.....	125
Шокина Е.В. Внутренние средства становления субъектности в подростково-юношеском периоде.....	133

— *Психология супружеских дисгармоний и семейных конфликтов* —

Кабакова М.П. Психологические аспекты стабилизации супружеских отношений .....	137
Доника А.Д. Медико-психологические проблемы «пограничных семей» .....	145
Жогаля Е.М. Механизмы «бессознательного соглашения» и их роль в возникновении супружеских конфликтов .....	154

— *Психология гендерных отношений в контексте семьи* —

Алексеева А.В. Трансформация семейных ролей мужчины и женщины в современном украинском обществе .....	161
Городнова Н.Н. Гендерная идентификация как механизм формирования представлений подростков о будущей семье .....	166
Степанова Л.Г. Вариабельность или инвариабельность гендерных ролей: позитивное и негативное воздействие на отношения в семье ....	175

— *Психологическая помощь семье* —

Бердникова Ю.Л. Внешнее сопротивление при работе с детьми .....	181
Березовская Т.П. Семейная системная психотерапия в лечении созависимости .....	189
Елизаров А.Н. Внутренние конфликты личности и генезис семейных дисфункций .....	192
Аминев Э.Г., Иванов М.Н., Халитов О.Ф. Родовая память как индикатор жестокости в семье (управленческие стратегии в учебно-воспитательном процессе в системе МВД) .....	207
Кикеева В.Н. Социально-психологическая помощь семье, имеющей ребенка с проблемами в развитии, в центре реабилитации ..	210

«Журнал практического психолога» зарегистрирован в Роспатенте печати РФ, свидетельство о регистрации № 01-733 от 16 апреля 1996 г.

Учредители: Издательство «Аннум» и Лидер А.Г.

Издатель: ООО «ИГ-СИДИН»

Главный редактор: Лидер А.Г. Компьютерная верстка: Федоров М.Н.

Формат 60×84/16. Тираж 695 экз. Заказ № 806. Подписано в печать 03.09.2005 г.

Отпечатано на фабрике офсетной печати

20035, г. Обнинск, ул. Королева, 6

Периодичность — 6 выпусков в год

Адрес редакции: 119261, Москва, а/я 754. E-mail: a-lider@mail.ru

Запрещается перепечатка статей без согласия редакции

При использовании материалов ссылка на журнал обязательна

© «Журнал практического психолога», 2005