

дифференцированного подхода к ребенку в ходе организации коррекционно-воспитательной работы, направленной на его социальную адаптацию.

СПОСОБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПРЕОДОЛЕНИЯ СТАРШЕКЛАССНИКАМИ СИТУАЦИИ ПОТЕРИ

С.С.Гончарова

На наш взгляд, проблема горя и оказания психологической помощи горюющему человеку, до сих пор для отечественной психологии остается слабо разработанной областью знания. С чем же связано такое невнимание психологов к данной проблеме?

Проблема переживания горя тесно связана с другой проблемой – отношением человека к жизни и смерти. Долгое время в нашем обществе тема смерти была под негласным запретом. Общественное мнение в нашей стране формировалось идеологической пропагандой, суть которой заключалась в всаждении в массовом сознании «правильного» понимания смысла жизни, где событию – смерти, не было места. Эта область знания и оказания помощи по традиции была отдана церкви. Вторая причина – собственный, порой неосознанный, страх смерти у психологов, когда они сталкиваются с переживанием горя при оказании психологической помощи: «Психологи фобически избегают этой сферы в своей частной жизни и игнорируют ее в своей психологической практике. Утрата несет с собой сообщение: ...ты тоже умрешь. Чтобы изменить отношение к данной проблеме нужно найти применение концепции смерти как терапевтическому инструменту» (И.Ялом). Пока ученые и практики пытаются ответить на многие методологические и практические вопросы, ребенок как-то переживает горе и преодолевает эту необратимую данность, которую нельзя исправить – смерть близких людей.

Чтобы выяснить, как старшеклассники преодолевают ситуацию потери, было проведено исследование, в котором приняли участие 73 ученика 10-11 классов (использовался опросник «Способы преодоления негативных ситуаций»).

Среди поведенческих способов 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» убеждена, что понять её 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. Не удел психолога в ситуации детского горя, часто приводит к созданию «стихийных» групп поддержки, которые развиваются по своим законам, а как следствие – патологическое протекание горя.

В когнитивной сфере происходит своеобразное «застывание» на проблеме: «Все время думаю о случившемся, анализирую ситуацию». Среди эмоциональных способов преодоления преобладают – «возмущение и жалость к себе», а так же 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 переживания горя старшеклассники отнесли – занятия упражнениями на внутренне сосредоточение, поиск информации по проблеме и обращение за помощью к психологу, юмор. То, что дети в кризисной ситуации не обращаются к психологу является во многом следствием особенностей менталитета, низкой психологической культурой родителей, детей и большими пробелами в формировании запроса самим психологом на психологическую помощь. Отсюда напрашивается вывод о том, что психологическая работа должна начинаться задолго до прихода ребенка в кабинет психолога. Этому может способствовать организация определенной системы ознакомления детей со всеми обстоятельствами, касающимися понятия «смерть» и ухода человека из жизни. Во многих европейских странах вопрос принятия и отношения к смерти обсуждается в рамках специального курса, который читается в

бшеобразовательных школах и колледжах. В нашей стране такой курс читается только в рамках подготовки медицинского персонала и студентов-психологов в БГПУ им.Танка.

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.Ознакомление 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:

1.Начинать готовить ребенка к встрече со смертью нужно задолго до того, когда он реально с ней встретится.

2. Знание о смерти, включая её последствия и осознание её неизбежности – такая же необходимая часть подготовки к жизни и вклад в психологический рост ребенка.

3. Ребенок может пройти через всё, если ему говорят правду и позволяют поделиться естественными чувствами, которые испытывают люди страдая.

РОЛЬ МАССОВОЙ КУЛЬТУРЫ В ФОРМИРОВАНИИ АДАПТАЦИОННЫХ МЕХАНИЗМОВ В ТРАНСФОРМИРУЮЩЕМСЯ ОБЩЕСТВЕ.

Т.В.Горбач

Современное общество отличается исключительным динамизмом, качественной трансформацией всех сфер жизнедеятельности человека. За последние десятилетия в нашей стране изменилось государственное устройство, экономические отношения, идеология, произошла смена культурных ориентиров.