

Психологическая работа с темпоральным опытом утраты

Твардовская Мария Владимировна

Аспирант

МГУ им. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия

E-mail: tvardovskaya.maria@gmail.com

Наша работа направлена на исследование психологической работы с темпоральным опытом утраты. Мы базируемся на постмодернистском подходе к пониманию горя, который противопоставил себя классическому подходу [2, 7] и модернистскому подходу [1, 6]. С точки зрения постмодернистского синтеза, изложенного в работах Магомед-Эминова М.Ш., последствия утраты нельзя сводить лишь к негативным, есть нейтральные и позитивные последствия [3, 4, 5]. В нашей работе предметом исследования выступил феномен посттравматического роста личности в ситуации утраты близкого человека.

Общая гипотеза - эффективность переживания утраты близкого человека детерминирована не только конфронтацией с утратой, но и посттравматическим ростом личности, вызванным утратой. Конфронтация с утратой означает процесс, направленный на интенсивное переживание горя, связанного с утратой, а не на избегание соответствующих переживаний. Именно переработка травматического опыта и интенсивное переживание горя считаются в современной психологии необходимым фактором эффективного совладания с утратой.

В рамках опросника посттравматического роста (ОПТР) выделяются следующие направления, или шкалы: «новые возможности», «отношение к другим», «сила личности», «повышение ценности жизни», «духовные изменения». В нашем исследовании эти шкалы образуют категории, с помощью которых производится анализ содержания текстов горящих людей.

Был использован нарративный анализ, являющийся качественным методом исследования. Дискурсы участников форумов подвергались качественному анализу контент-анализом на основе категорий, соответствующих факторам посттравматического роста. Контент-анализ проводился в версии экспертной оценки (при участии трех экспертов), выделялись категории, в окончательный список вошли те из них, по которым существовало согласие. Затем подсчитывались частотные характеристики.

Исследование состояло из двух частей. В первой части исследовались дискурсы горящих людей, оставленные на Интернет-форумах (форум сайта www.memogiam.ru и www.life-forum.ru) в количестве 13 и 15 человек соответственно, которые различались по половозрастным характеристикам и утраченным объектам). В имеющихся текстах горящих людей были выявлены высказывания, соответствующие шкалам ОПТР, что говорит о наличии у этих людей тенденции к посттравматическому росту. На первом сайте было выявлено 8 человек из 15, проявившие признаки посттравматического роста. Показано, что представления о том, что утрата может приводить лишь к негативным последствиям и переживаниям, являются ложными. Наличие даже у такого количества людей признаков посттравматического роста противоречит и классической и модернистской точкам зрения. При исследовании второго форума на сайте memogiam.ru была поставлена гипотеза о том, что направленность на религиозные ценности является эффективным фактором работы горя. Почти все участники второго форума (12 из 13)

показали тенденцию к посттравматическому росту, в отличие от участников первого. Вероятно, это объясняется тем, что второй сайт хорошо оснащен религиозной литературой, а также различными статьями по переживанию горя. Почти у всех участников второго форума выявлены показатели по шкале «духовные изменения». В целом, подобная гипотеза в качественном плане подтвердилась, однако она не является статистической, так как опровергается некоторыми качественными кейсами. Так, в работе с матерями афганских ветеранов имеются данные, подтверждающие эту идею: некоторые матери, каждая по своему, выявляли такую тенденцию, при которой они обращались к Богу в поисках спасения от трагедии, но он не дал им этого спасения, после чего они отказались от религии. Дело в том, что духовные изменения не сводятся только к религиозным, существуют трансцендентные измерения, выходящие за пределы религии [5].

Во второй части исследования была поставлена гипотеза о том, что посттравматический рост и страдание являются не противопоставленными друг другу явлениями, а взаимопроникающими и взаимосвязанными. В качестве объекта изучения были взяты протоколы проведенного ранее опросника травматических ситуаций. В данном исследовании были проанализированы тексты 29 человек. К позитивным проявлениям помимо фраз, аналогичных вопросам ОПТР, мы также отнесли направленность человека на заботу о Другом. Как правило (у 19 из 29 человек), тенденции к позитивности и к посттравматическому росту сопровождаются либо переживанием страдания, негативных эмоций и чувств либо обратными тенденциями. Таким образом, выявлено, что посттравматический рост личности не противопоставлен конфронтации и является частью переживания горя, как и страдание. Были получены особые результаты: четыре человека проявили признаки посттравматического роста, но при этом у них не было выявлено никаких негативных характеристик переживания утраты. Это явление порождает различные гипотезы своего объяснения. Во-первых, может быть, ошибочно заявлять о взаимопроникающем единстве страдания и роста, возможно, эти тенденции могут идти и независимо друг от друга. Во-вторых, может быть, что в силу краткости методики травматических ситуаций эти люди не стали излагать то, что подразумевается при утрате: свои страдания и горе, - а постарались больше сконцентрироваться на том, что не так очевидно. В любом случае, данный факт представляет собой большой интерес для дальнейшего изучения.

Литература

1. Василюк Ф.Е., «Пережить горе» /Человеческое в человеке. М.: Политиздат, 1991.
2. Линдемманн Э., «Клиника острого горя» /Психология эмоций. Тексты /Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
3. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности, 1998
4. Магомед-Эминов М.Ш., «Позитивная психология», Москва, ПАРФ, 2007
5. Магомед-Эминов М.Ш. Деятельностно-смысловой подход к психологической трансформации личности, автореферат, 2009

Конференция «Ломоносов 2011»

6. Сидорова В.Ю., «Четыре задачи горя» /Журнал практической психологии и психоанализа (Ежеквартальный научно-практический журнал электронных публикаций) 1-2 май 2001 г.
7. Фрейд З., «Печаль и меланхолия» /Психология эмоций. Тексты /Под ред. В.К.Виллюнаса, Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.