

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психологии
Институт педагогики и психологии**

**ВТОРОЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАУЧНЫЙ ФОРУМ
(с международным участием)**

ДОКЛАДЫ И ВЫСТУПЛЕНИЯ

Секция 3. Личность в кризисной ситуации:
психологическое консультирование и психотерапия

**«Неоднозначная потеря»
как мишень оказания психологической помощи горюющим**

Скулкина Екатерина Николаевна,
заведующий отделом практической психологии и социальной работы
ГУ «Донецкий республиканский учебно-методический центр
психологической службы системы образования», г.Донецк, ДНР

Люди, проживающие на Донбассе, вот уже шесть лет находятся в ситуации вооруженного конфликта. Это хроническая кризисная ситуация, которая обесточивает и изматывает жителей, дестабилизирует, вызывает чувство неопределенности и незавершенности, подвешивает в воздухе большинство планов на ближайшее будущее, не говоря уже о долгосрочных перспективах. Каждый испытывает на себе последствия и отголоски военных событий, вне зависимости от того, в какой близости от него (или по нему) прошла война.

Бесспорно, люди, пострадавшие от боевых действий, перенесли серьезную психологическую травму. Речь идет о мирном, гражданском населении, которое ощутило на себе ужас военных событий. Это не только

физические травмы, это потери близких людей. Проживания безвозвратной утраты и горевание от гибели членов семьи усиливают страдания в разы.

Со временем, при нормальной работе горя, оно рубцует душевные раны и притупляет боль. Другой вопрос, когда стадия восстановления после смерти близких не наступает, причем не по причине патологического горевания, а в связи с неподтвержденностью потери.

Этот феномен особенно характерен для боевых действий и значительно реже встречается в обычной жизни. «Без вести пропавшие». Сколько мучений для близких скрывается за этим понятием. Порой кризисные психологи не задумываются о помощи именно данной категории родственников. А зря, ведь, по сути, человек не считается умершим. Или всё же его уже нет в живых? Как относиться к тому, что его нет рядом? Оплакивать или надеяться? Если оплакивать, то вдруг он вернется, и что будет потом? Отпустить его, но не будет ли это предательством?

Ученые, занимающиеся вопросами работы горя, по-разному описывают его стадии. Но практически все они говорят о таком механизме: сначала шок и отказ верить в то, что случилось, затем болезненная тоска по умершему, скорбь, и в завершении уменьшение печали и возврат к привычной жизни [1, 2, 3]. Переход к последней фазе знаменуется окончательным прощанием, принятием факта смерти и невозвратимости потери. У людей, чьи близкие безвестно исчезли, утрата не проживается до конца. Происходит «зависание» на стадии поиска утраченной фигуры и этот процесс приобретает хронический характер. Нормальное проживание горя останавливается и не переходит к следующей стадии, а, соответственно, реорганизации жизни не наступает.

В случае без вести пропавшего близкого этот переход не наступает элементарно по причине того, что факт не подтвержден. Полина Босс (Pauline Boss) ввела понятие «ambiguous loss» – «неоднозначная потеря», которое как нельзя лучше раскрывает феномен [4]. Начав с темы исчезновения людей, в настоящее время диапазон данного понятия настолько

расширился, что автор теперь включает в него и ситуацию развода (когда родитель ушел, и он вроде бы есть, но его нет), и физическое присутствие с одновременным психологическим отсутствием (например, слабоумие близкого человека или иное психическое расстройство), иммиграцию (тоска по потере дома, который вроде бы есть, но фактически его нет).

Сейчас встречается синоним понятия в виде «синдром неподтвержденной потери», что в любом случае характеризует физическое отсутствие с одновременным психологическим присутствием значимого человека. Это невероятно болезненная ситуация, через которую проходят люди. Их горе долговременное, хроническое и сопровождается чувством беспомощности. А ведь каждому человеку нужна определенность. Как отмечает Барбара Прайтлер «с пропавшим без вести нельзя попрощаться, нет и тела, которое можно было бы похоронить. Нет никаких документов, подтверждающих, что это расставание навсегда. Поэтому нет и ритуалов, которые могли бы помочь принять разлуку. Отсутствует и социальная поддержка окружающих, которая во многих культурах сопровождает ритуалы траура и скорби» [6, С. 10].

Наличие тела или понимания, где оно находится, даёт хоть и тягостное, но чувство определенности, что всё безвозвратно закончено. В этом отношении мемориалы, обелиски, могилы неизвестным солдатам и без вести пропавшим людям дают горюющим родственникам ориентир, что символ тела находится здесь. Но для многих из них остается невозможностью завершить тему утраты и прогоревать до конца, ведь надежда, что пропавший без вести все-таки появится вновь, остается. «Процессы скорби многократно описаны, но все они предполагают, что реальность смерти поддается проверке и потому непровержима» [6, С. 29].

В интервью электронному журналу «On Being» [5] Полина Босс отмечает, что единственный способ жить с неоднозначной потерей – это одновременно держать в уме две противоположные идеи «да и нет», колебаться между надеждой и безнадежностью. Невозможно сказать, что

человек однозначно умер, равно, как и невозможно подтвердить, что он жив. Поэтому принятие за правду того или другого факта будет ложью. Тогда нужно научить родственника принять реальную истину – «близкий может вернуться, а может и нет». То есть, не «идти к закрытию», а скорее укрепить силу и принять двусмысленность.

Такая позиция Полины Босс видится спорной и дискуссионной. В противовес можно привести размышления Дж.Боулби, который отмечает смысл в символическом прощании с исчезнувшим. Он так комментирует ритуал захоронения для пропавшего без вести рыбака: «...Даже тогда, когда, как в данном случае, отсутствует труп, общество требует, чтобы похороны состоялись... Основной функцией ритуала погребения является не захоронение трупа, а психологический эффект для близких покойного и общества в целом» [7, С. 175].

Не проведя прощание, родственники пропавших без вести застревают в фазе скорби и их состояние переходит в хроническую депрессию. Как верно отмечает Мищенко Л.В. «все, что с человеком происходит – есть результат невыплаканного горя» [8, С. 119].

На государственном уровне также существуют четкие юридические границы статуса «без вести пропавший» и «умерший». Это связано не только с розыскными мероприятиями. Так, п.1. ст. 42 Гражданского кодекса Российской Федерации «Признание гражданина безвестно отсутствующим» указывает на установление соответствующего статуса, если в течение года в месте его жительства нет сведений о месте его пребывания. П.1 ст. 45. «Объявление гражданина умершим» устанавливает, что «гражданин может быть объявлен судом умершим, если в месте его жительства нет сведений о месте его пребывания в течение пяти лет, а если он пропал без вести при обстоятельствах, угрожавших смертью или дающих основание предполагать его гибель от определенного несчастного случая, - в течение шести месяцев» [9]. Важно, что в данной статье отмечено, что днем смерти гражданина, объявленного умершим, считается день вступления в законную силу решения

суда об объявлении его умершим. Именно последний пункт с психологической точки зрения дает родственникам возможность установления даты погребения.

В любом случае, между первым и вторым статусом находится пропасть в длительность четыре года, во время которых близкие не имеют возможности пережить утрату. В это время ресурсом для преодоления может стать активность – как отмечает Полина Босс, «процесс поиска информации о пропавшем человеке облегчает стресс неопределенности. Когда этот процесс себя исчерпывает, и больше информации нет, это тоже становится информацией и помогает людям сделать вывод: «Мы сделали все, что могли» [4, С. 112].

В свете обозначенной проблемы, специалистам, работающим в плоскости кризисной психологии, необходимо актуализировать знания о специфике оказания помощи людям, чьи близкие без вести пропали.

Использованная литература:

1. Элизабет Кюблер-Росс. О смерти и умирании / [Пер. с англ. К. Семенов, В. Трилис]. - М.; Киев : София, 2001. – 316 с.
2. Василюк Ф.Е., Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во МГУ, 1984. – 200 с.
3. Пергаменщик Л.А. Кризисная психология. Учебное пособие. Мн.: Высшая школа, 2004. – 288 с.
4. Boss P. «Loss, Trauma, and Resilience: Therapeutic Work With Ambiguous Loss». Publisher : W. W. Norton & Company; 1st Edition (August 28, 2018), p. 280.
5. Pauline Boss «Navigating Loss Without Closure» // «On Being» [Электронный ресурс] URL: <https://onbeing.org/programs/pauline-boss-navigating-loss-without-closure/> (дата обращения: 21.10.2020)

6. Барбара Прайтлер «Бесследно пропавшие... Психотерапевтическая работа с родственниками пропавших без вести. Пер. с нем.»: АСТ; Москва; 2015 – 156 с.

7. Bowlby J. Verlust. Trauer und Depression. Frankfurt a. M. Fischer. 1983.

8. Как преодолеть психотравму и восстановить душевное равновесие. Методическое пособие по психотравмотерапии / Под ред. Л.В. Мищенко. Пятигорск – Bern: РИА-КМВ, 2012. – 328 с. с илл.

9. Гражданский кодекс Российской Федерации (часть первая) от 30.11.1994 N 51-ФЗ (ред. от 31.07.2020)