

УДК 159.9

Ганкович А.А. Ткачева В.А.

ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Адрес: 210033 г. Витебск, ул. Чапаева, 30, каб. 15.

E-mail.ru: Antonvika2014@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СМЕРТИ РОДИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКАМИ

Аннотация. В данной статье освещаются особенности переживания смерти родителей подростками. Представлены результаты исследовательской работы по изучению эмоционально-волевой сферы подростков, переживающих смерть родителей. Предложены рекомендации по работе с подростками, переживающими смерть родителей.

Ключевые слова: подростковый возраст, дети-сироты, детское горе, переживание смерти родителей

Введение. Реакция на смерть различна в зависимости от возраста или стадии развития ребенка. Смерть родителей — большое испытание в любом возрасте, так как мать и отец — это люди, которые были с нами с момента рождения, и человеку ещё никогда не приходилось остаться без них до этого момента. Но подростковый возраст имеет свои особенности, которые затрудняет переживание смерти близких людей, особенно таких важных, как родители.

У детей другие представления о жизни и смерти, чем у взрослых. К подростковому возрасту, дети уже разделяют концепцию взрослых о смерти, и собственная смертность становится для них очевидной, однако они в большей степени, чем взрослые, склонны верить в бессмертие души. Дети, узнав о смерти родителя или близкого родственника, проходят через те же стадии, что и взрослые. Однако период острого горя у них обычно короче, чем у взрослых [1].

Т.О. Новикова в своем исследовании представлений подростков о смерти отмечает, что большинство детей полагает, что если человеку надоела жизнь или если он испытывает мучения и только смерть может от них избавить, то она — благо. А также опрошенные школьники осознают конечность своего существования: при этом около трети из них заявляют о своем страхе смерти, объясняя свой страх тем, что их пугает неизвестность, другая треть бояться потерять близких и остаться в одиночестве, оказаться не защищенными перед жизнью, а для остальных смерть страшна потому, что им хочется жить [2].

Подросток переживает смерть родителей не так, как взрослый человек, и это часто сбивает с толку и приводит к неправильным выводам. Но подростковый возраст имеют свои особенности, которые затрудняет переживание смерти близких людей, особенно таких важных, как родители.

Период переходного возраста — нелегкое время для переживания горя. Психологические защитные механизмы ослаблены, подросток изучает себя. («Кто я?»). Ему необходимы ролевые модели поведения взрослого, чтобы найти себя или отказаться от чего-то в себе. Потеря матери или отца в это время, возможно, бывает невыносимой. Весь мир становится ребенку чужим, когда он переживает сильное горе из-за потери значимого для себя человека. «Я»-концепция, т.е. система представлений ребенка о самом себе, рушится, и иногда это приводит к упадку сил. Разрушенная Я-концепция нуждается в восстановлении. Ребенку следует помочь, чтобы он четко осознал значение того, что случилось до и после перенесенной им травмы, а что является новым, отличным от его прежней жизни [3].

Подростки часто поверяют свое горе и ищут помощи вне дома. Некоторые

молодые люди чувствуют себя в изоляции, потому что ощущают, что друзья избегают их или смущаются и не знают, что сказать. Подростки могут вести себя несвойственным им образом. В крайних случаях они могут испытывать депрессию, убегать из дома, менять друзей, употреблять наркотики, становиться сексуально распушенными или даже иметь суицидальные тенденции. Подростки могут пытаться защитить оставшегося родителя, храня молчание о своих чувствах. Они могут нуждаться в «разрешении» выражать то, что они думают и чувствуют, в поощрении здоровых путей высвобождения эмоций через спорт или культурную деятельность. Подросткам нельзя говорить, что они будут занимать место умершего родителя, скорее, им нужно помочь сфокусироваться на их потребностях, связанных с будущим, таких как образование или подготовка к работе. Старшие подростки будут ясно видеть, как смерть родителя влияет на семью и их собственную жизнь. Они могут думать, что они должны теперь заботиться о маме (папе) и других членах семьи. Тем не менее, им нужно помочь принимать решения, фокусирующиеся на их собственных потребностях [4].

Таким образом, смерть родителей сама по себе приводит к серьезному срыву процесса развития, не говоря уже об особом значении, которое это событие может иметь для ребенка в соответствии с его возрастом, качеством отношений, тяжестью травмы, особыми обстоятельствами, сопутствовавшими смерти, реакциями на это событие со стороны оставшихся в живых значимых членов семьи, возможными переменами к худшему в жизненных обстоятельствах ребенка.

Материалы и методы. С целью изучению эмоционально-волевой сферы подростков, переживающих смерть родителей, нами было проведено эмпирическое исследование на базе Государственного учреждения образования «Гомельский детский дом». В нашем исследовании приняли участие подростки детского дома. Всего выборку составило 15 детей в возрасте 12-17 лет, из них 9 мальчиков и 6 девочек.

Диагностика состояния эмоционально-волевой сферы включает оценку тревожности, самооценки, произвольной регуляции поведения, мотивационной сферы. В эмпирическом исследовании применялись следующие методики:

1. Методика исследования тревожности (Ч.Д. Спилбергер, адаптация Ю.Л. Ханин).

Цель: определить уровень ситуативной и личностной тревожности.

Описание. Под личностной тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность субъекта к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий «веер» ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией. Ситуативная или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью. Данный опросник позволяет дифференцированно измерять тревожность и как личностное свойство, и как состояние.

Обработка и интерпретация результатов. При анализе результатов самооценки тревожности надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из подшкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной). При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности: до 30 баллов – низкая; 31 – 44 балла – умеренная; 45 и более – высокая.

2. Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалев.

Цель: определить уровень самооценки личности.

Описание. Представляет собой 32 суждения, к которым необходимо выразить свое отношение предложенными вариантами ответов. Инструкция: «Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы: 4 – очень часто; 3 – часто; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда».

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов: сумма баллов от 0 до 25 говорит о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия; сумма баллов от 26 до 45 свидетельствует о среднем уровне самооценки. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований; сумма баллов от 46 до 128 указывает на низкий уровень самооценки, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Результаты и их обсуждение. Результаты, полученные при помощи тест-опросника С.В. Ковалёва, позволили выявить показатели самооценки подростков. Так, 20 % испытуемых имеют высокий уровень самооценки, при котором для данной категории характерны не отягощенность сомнениями, адекватное реагирование на замечания других и трезвая оценка своих действий. 40 % опрошенных подростков показали средний уровень самооценки. Дети с таким уровнем самооценки время от времени ощущают необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивают себя и свои способности без достаточных на то оснований. Показатели остальных 40 % участников исследования указывают на низкий уровень самооценки. Данная категория подростков нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

Далее исследование тревожности подростков позволило получить нам следующие результаты. Большинство испытуемых (80 %) имеют умеренный уровень ситуативной тревожности. У остальных 20 % опрошенных подростков выявлен высокий уровень ситуативной тревожности, что говорит о склонности воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Также нами было выявлено, что больше половины (60 %) подростков показали высокий уровень личностной тревожности, это дает основание предполагать, что у данной категории детей возможно появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа. Остальные 40 % участников исследования имеют умеренный уровень личностной тревожности.

Заключение. Анализ результатов исследования эмоционально-волевой сферы подростков, переживающих смерть родителей, показал, что больше трети опрошенных детей имеют низкую самооценку и нуждаются в ее повышении, развитии уверенности в себе, а также нуждаются в поддержке со стороны воспитателей и других сотрудников детского дома. Также было выявлено, что 20 % и 60 % испытуемых имеют высокий уровень ситуативной и личностной тревожности соответственно. Следовательно, у данной категории детей следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадам.

Общение и отношения с подростком, пережившим смерть родителей, должны быть очень осторожными и максимально корректными. Дети, как и взрослые, нуждаются в понимании реальности смерти, и этот процесс постепенен. Поэтому, насколько это необходимо, нужно говорить о том, что произошло, и много раз. Независимо от того, пришла ли смерть внезапно или нет. Информация, которую ребенок получает, и те разговоры, которые с ним ведутся, имеют решающее значение для того, как ребенок справится с несчастьем. Чтобы доверие к взрослым не нарушилось, подросток как можно скорее должен получить точную информацию о том, что

произошло. Позволяя подростку задавать вопросы и отвечать на них, если есть ответ, и отважиться сказать «не знаю», если нет ответа, взрослый поможет ребенку лучше понять случившееся.

Список использованных источников

1. Толстая, С.В. Травма потери: психологическое консультирование методом мак / С.В. Толстая // European journal of education and applied psychology. - 2016. - № 3. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/travma-poteri-psiologicheskoe-konsultirovanie-metodom-mak>. - Дата обращения: 03.01.2017.
2. Новикова, Т.О. Запретная тема (представления детей о смерти) / Т.О. Новикова // Журнал «Человек». - 2002. - № 5. - С. 35-43.
3. Кумко, Н.Н. Психологические особенности и основные аспекты психологического сопровождения детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей / Н.Н. Кумко, Д.Н. Понятовская-Замышляева. - Минск, 2012. - 66 с.
4. Шефов, С.А. Психология горя / С.А. Шефов. — СПб.: Речь, 2006. — 144 с.