

Секция «Психология»

Стресс потери домашнего любимца и совладающее поведение с ним в семье

*Меренюк Виктория Викторовна*

*Студент*

*Костромской государственный университет имени Н.А. Некрасова, Институт педагогики и психологии, Кострома, Россия*

*E-mail: vikki-viva@mail.ru*

Сейчас резко возросло число животных, которые содержатся исключительно в качестве компаньонов и ради удовольствия. Близкий контакт делает животное частью той семьи, с которой оно живет [1].

Владельцы домашних животных могут столкнуться с потерей животных в своей жизни. Если подобная потеря произошла в семье, то она, как правило, воспринимается каждым членом семьи индивидуально, специфично. Это зависит от множества индивидуальных характеристик. Люди используют различные копинг-стратегии, пытаются справиться со стрессом потери: это и поиск социальной поддержки, и копинг, ориентированный на решение проблем, и избегание [3,5].

Встраиваясь в систему семьи, домашние питомцы упрочняют свое положение в ней, становятся значимыми для ее членов, и поэтому потеря животного переживается, как правило, нелегко [2].

Всего в исследовании приняли участие 20 полных семей, среди которых: 10 семей, потерявших домашнего питомца и 10 семей, не имеющих домашних животных.

В исследовании были использованы такие методики, как полу-структурированное интервью, разработанное для целей исследования, шкала психологического стресса PSM-25 Лемура-Тесье-Филлиона (Lemur, Tessier, Fillion, 1990, адаптация Водопьяновой Н.В., 2009), экспресс-опросник стратегий совладания Чарльза Карвера Brief Copre [4], опросник копинг-стратегий детей школьного возраста И.М. Никольской и Р.М. Грановской (2000), методика «Дифференциальные шкалы эмоций» (К. Изард, 1980, адаптация Леоновой А.Б., 2007), юношеская копинг-шкала – авторы методики ACS - Adolescent Coping Scale E. Frydenberg, R. Lewis, автор адаптации Т.Л. Крюкова, 2002.

На начальном этапе организации исследования проходил отбор респондентов – семей, переживавших потерю домашнего питомца, и семей, не имеющих домашних животных. Отбор проходил на базе Центра семьи и детства г. Макарьева и Центра социального здоровья детства, юношества и семьи г. Костромы.

Проведенное исследование показало, что потеря домашнего любимца является большим стрессом для человека. Также следует отметить такой немаловажный факт, как огромная значимость поддержки остальных членов семьи при потере любимца. Если питомец был принят всеми членами семьи, как «часть ее», как полноценный ее член, то его потеря значительно сказывается на семейных отношениях, что неоднократно подмечали в своих ответах респонденты. Но все-таки не все члены семьи одинаково воспринимают ситуацию, как стресс, что, по-видимому, коррелирует с разной степенью привязанности членов семьи к питомцу, ролью питомца и устоявшимися в данной «ячейке общества» отношениями.

Следует сказать о том, что потеря любимца – это не просто горе, это особая его форма. Женщины переживают данную потерю острее, чем мужчины, то есть муж-

чины (мужья) переживают потерю питомца менее интенсивно, не столь открыто и не так ярко, как их жены. Испытуемые-женщины склонны преувеличивать переживания собственных детей и приуменьшать переживания мужа. Мужья же скрывают свои переживания от своих близких.

В ситуации потери домашнего любимца, в семьях наибольший стресс испытывают и чаще подвержены ему женщины. Мужчины также подвержены влиянию стресса, но в меньшей степени, и он протекает не так выражено и ярко, что подтверждалось также результатами интервью, словами самих испытуемых. Дети-старшеклассники также переживают стресс, преимущественно высокий его уровень. Но, в сравнении со взрослыми испытуемыми, – ярко выражен средний уровень стресса. Данный факт, скорее всего, связан с особенностями юношеского возраста и не такой сильной эмоциональной привязанностью к питомцу, нежели в младшем школьном возрасте. Что касается детей младшего школьного возраста, то по результатам проведенного интервью и исследования 1 (2011 год), все дети, без исключения, переживают сильный и ярко выраженный стресс, вследствие потери своего домашнего питомца. То есть, выраженность стресса у членов семьи неодинакова. Ведь, действительно, не все члены семьи в равной степени подвержены сильным и интенсивным переживаниям в ситуации потери домашнего питомца. Это, в первую очередь, обусловлено ролью самого животного для конкретного человека, конкретной семьи, местом и функциями питомца в данной семейной системе. Для респондентов главную роль играет поддержка и понимание, разделение эмоций, по отношению к потере, в семье.

Самая распространенная копинг-стратегия у родителей (взрослых) – это активный копинг, принятие, а также поиск эмоциональной поддержки, но данная стратегия популярна в большей степени у женщин (продуктивный копинг). Дети, испытывая стресс потери домашнего питомца, в отличие от своих родителей, пытаются уйти от этой ситуации (непродуктивный копинг). Дети-старшеклассники преимущественно используют такие копинг-стратегии, как решение проблем, беспокойство, положительная переоценка, поиск социальной поддержки.

Подводя итог, можно сказать, что представители разных возрастов (поколений) в семье используют различные копинг-стратегии, выбирают и прибегают к различным стилям совладания, что, несомненно, обусловлено возрастом, уровнем развития и особенностью ситуации.

Смерть домашнего животного, часто является большой утратой для его владельцев. Часто человек бывает искренне привязан к своему любимцу, и когда это домашнее животное уходит, возникает пустота. Домашнее животное - не только друг или компаньон, но и часть семьи, и когда оно умирает – это очень большая потеря для ее членов.

### **Литература**

1. Варга А.Я., Федорович Е.Ю. О психологической роли домашних питомцев в семье //Вестник Московского государственного областного университета, серия Психологические Науки. №3, Т.1, 2009. С. 22-35.
2. Варга А.Я., Федорович Е.Ю. Домашний питомец в семейной системе //Вопросы психологии», 2010, № 1. С. 56-65.

3. Anderson, M.K. Coping with Sorrow on the Loss of Your Pet. - Alpine Publisher, February 1998.
4. Carver, C.S. You want to measure coping, but your protocol's too long: Consider the Brief COPE // International Journal of Behavioral Medicine, 1997. 4, 92-100.
5. Clark Cline, K.M., Psychological Effects of Dog Ownership: Role Strain, Role Enhancement, and Depression // Journal of Social Psychology, Mar/Apr2010, Vol.150 Issue 2, p117-131.

**Слова благодарности**

Хочу выразить благодарность моему научному руководителю - Крюковой Татьяне Леонидовне!