

Секция «Психология»

**Трансформация привязанности человека к объекту утраты в процессе переживания горя**

**Иванюшина Полина Валентиновна**

Студент

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет психологии, Москва, Россия  
E-mail: malinavb@mail.ru

Настоящее время, к сожалению, может называться временем глобальных и множественных утрат в связи с разнообразными природными и социальными явлениями. Катастрофы, войны, террор, криминальная обстановка и неизвестные заболевания – вот далеко неполный спектр обстоятельств, приносящих боль утраты близкого человека. Однако проблема переживания утраты мало обсуждается в современном российском обществе. Заострение внимания на катастрофах и потерях в средствах массовой информации сочетается с недостаточной проработанностью этой проблематики на уровне общественного сознания и слабым осмыслением того, как люди справляются с утратой, и как могут им в этом помочь окружающие.

Одновременно с этим, ритм нашей жизни постоянно увеличивается, и все меньше оставляет времени на работу со внутренними переживаниями. Исторически в России была традиция проживания горя утраты, позволяющая скорбящим переходить на новый жизненный этап без ущерба для личности и физического здоровья. Однако в силу ряда культурно-исторических событий данная традиция была утрачена.

В современной России, в настоящее время, практически отсутствует налаженная система оказания психологической помощи людям, потерявшим близких, столкнувшихся с горем: нет специализированных центров; нет литературы, которая помогла бы понять человеку, у которого ушел близкий, что с ним происходит; нет информации о том, какого рода помощь может оказать психолог. Очень многие скептически относятся к возможностям психолога в данной ситуации именно потому, что не представляют себе, в чем эта помощь может заключаться. Все это указывает на острую необходимость усиления внимания со стороны психологии к этой сфере человеческого опыта.

В рамках отечественной психологии эмпирические исследования переживания горя направлены преимущественно на работу с горем, как последствием чрезвычайных ситуаций (катастрофы, террористические акты и т.д.). При этом общее число исследований по проблеме невелико. Западные исследования направлены на изучение видов привязанностей и их влияния на процесс проживания утраты близкого Другого. Также рассматривается новый подход, по которому с уходом из жизни другого человека отношения для субъекта привязанности не прекращаются, но требуют значительной трансформации. Однако при наличии тенденции к изучению отдельных аспектов таких переживаний, не сформировано целостной картины для эффективной психологической работы.

Теоретической основой исследования стали: теория привязанности (Дж. Боулби, М. Эйнсворт), классический подход к проживанию горя (З. Фрейд), модернистский подход к проживанию горя (В. Ворден, Дж.Бонанно), пост-модернистский подход к проживанию горя (М. Ш. Магомед-Эминов).

Цель исследования: анализ динамики изменения образа утраченного другого в процессе проживания горя и выявление связи этой динамики с типом привязанности. Предметом исследования является трансформация привязанности в процессе переживания горя. Объект исследования - привязанность к объекту утраты / горя.

Привязанность существует не только между матерью и ребенком, но и между взрослыми людьми. Привязанность между взрослыми отличается от детской привязанности тем, что в ней каждый человек является как объектом, так и субъектом привязанности. Интересно, что тип привязанности, характерный для взрослого человека, чаще всего совпадает с типом его привязанности к матери. Переживание горя, утраты трансформируется во времени. Причем ход этой трансформации зависит от внутренней психологической работы человека. Если человек эффективно прорабатывает горе – сам или с чужой помощью, - то оно может быть развивающим, позитивным для личностного роста. Если же работа человека с горем оказывается неэффективной, то горе приобретает патологические формы.

Изучение трансформации привязанности человека к объекту утраты (близкому человеку) будет способствовать переходу на новый качественный уровень понимания возможных методов психологической помощи, а также способствовать повышению уровня самосознания человека для его дальнейшего развития.

### Литература

1. Baker J. E. Mourning and the transformation of object relationships: Evidence for the persistence of internal attachments // *Psychoanalytic Psychology*. 2001. Т. 18. №. 1. С. 55.
2. Fraley R. C., Bonanno G. A. Attachment and loss: A test of three competing models on the association between attachment-related avoidance and adaptation to bereavement // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2004. Т. 30. №. 7. С. 878-890.
3. Freud A. Psychoanalysis and education // *Psychoanalytic Study of the Child*. 1954. 9. P. 9-15.
4. Freud. S. Project for a scientific psychology. In *S.E.*, 1895, 1:295–397.
5. Wijngaards-de Meij L. et al. Patterns of attachment and parents' adjustment to the death of their child // *Personality and Social Psychology Bulletin*. – 2007. – Т. 33. – №. 4. – С. 537-548
6. Боулби Дж. Привязанность. М.: Гардарики, 2003.
7. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей. М.: Академический проект, 2004.
8. Василюк Ф.Е. Пережить горе // *Человеческое в человеке*. М.: Политиздат, 1991.
9. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: Психология горевания. М.: Когито-Центр, 2007. 160 с.
10. Кляйн М. Развитие в психоанализе. М.: Академический проект, 2001.

11. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология человека. От психологии субъекта к психологии бытия: в 2-х тт. Т.2. М.: Психоаналитическая Ассоциация Российской Федерации, 2007.
12. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. М., 1998
13. Магомед-Эминов М. Ш. Психика как работа // Вестник Московского Университета, серия 14. Психология. 2011, №4. С. 92-108.
14. Смирнова Е.О. Теория привязанности: концепция и эксперимент // Вопр. психол. 1995. № 3. С. 139 - 151.
15. Фрейд З. Печаль и меланхолия // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 288 с.