



*colloquium-journal*

**ISSN 2520-6990**

***Międzynarodowe czasopismo naukowe***

**Jurisprudence  
Medical sciences  
Economic sciences  
Biological sciences  
Philological sciences  
Pedagogical sciences  
Psychological sciences**

**№18(177) 2023**

# PSYCHOLOGICAL SCIENCES

УДК 159.942.23

*Бабаян Юлія Олександрівна,**Миколаївський національний університет імені В.О.Сухомлинського*

## ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ВТРАТИ ТА ГОСТРОГО ГОРЯ

*Babaian Yuliia,**Mykolaivskyi National Sukhomlynskyi University*

### AGE-SPECIFIC FEATURES OF BEREAVEMENT AND ACUTE GRIEF

**Анотація.**

Відомо, що одним із найскладніших викликів для людини є переживання горя і втрати. Вони є стресогенними для індивідів незалежно від соціального, гендерного, вікового статусу. Оскільки вплив травми на дітей дуже сильно залежить від життєвого етапу, під час якого сталася подія, у цій статті особливий акцент зроблено на аналізі вікових аспектів переживання втрати та гострого горя. Ця перспектива припускає, що наслідки та значення втрати основного об'єкта залежатимуть від рівня розвитку окремої дитини. Люди продовжують рости та розвиватися протягом усього життя, але протягом жодного іншого періоду, окрім дитинства та підліткового віку, не існує специфічних реакцій, на які так сильно впливає рівень розвитку.

**Abstract.**

Grief and loss are known to be one of the most difficult challenges for people. They are stressful for individuals regardless of social, gender, or age status. As the impact of trauma on children is highly dependent on the life stage during which the event occurred, this article focuses on the age-specific aspects of bereavement and acute grief. This perspective suggests that the impact and meaning of the loss of a primary object will depend on the developmental level of the individual child. People continue to grow and develop throughout their lives, but during no other period than childhood and adolescence are there specific reactions that are so strongly influenced by developmental level.

**Ключові слова:** втрата, гостре горе, кризовий супровід, травмуючі ситуації, кризові стани

**Keywords:** loss, acute grief, crisis support, traumatic situations, crisis states

Психіатри та інші спеціалісти особливо вказують, що у значній кількості випадків велика втрата в дитинстві призводить до психопатології. Дослідження дорослих з різними психічними розладами, особливо депресією, часто виявляють переживання втрати в дитинстві, припускаючи, що така втрата може прискорити або сприяти розвитку різноманітних психічних розладів, і що цей досвід може зробити людину емоційно вразливою на все життя. Ця особлива вразливість дітей пояснюється незрілістю розвитку та недостатньою розвинутою здатністю справлятися з травмуючими подіями.

Тенденція нав'язувати дітям моделі дорослих загалом призвела до великої плутанини та непорозуміння щодо дитячого горя. Незважаючи на те, що переживання дітьми втрати має певну схожість з переживаннями дорослих, реакція дітей на втрату не зовсім схожа на реакції дорослих ні за своїми конкретними проявами, ні за тривалістю.

Коли аналізуються індивідуальні та вікові особливості переживання втрати та горя, то в першу чергу зазначають «вікову варіабельність сприйняття смерті, яка найбільше різниться в дитячому та підлітковому періодах» [3, с.75].

Як зазначає М. Войтович «тим, хто перебуває поруч з дитиною, не завжди легко зрозуміти, як розвиваються дитячі поняття про смерть, тому що

вони різні залежно від рівня розвитку» [1, с.16]. Наприклад, можна спостерігати, як діти грають в ігри, в яких відтворюються смерть або похоронні дії, намагаючись подолати втрату. Дитина може ставити ті самі питання про смерть знову і знову, не стільки для фактичної цінності інформації, скільки для запевнення, що історія не змінилася. Чотири-п'ятирічна дитина може продовжити гру після смерті, ніби нічого страшного не сталося. Така поведінка відображає когнітивні та емоційні можливості дитини і не означає, що смерть не мала впливу.

Втрати для дитини є настільки болючими й страшними, що багато маленьких дітей, здатних витримувати сильні емоції лише на короткі періоди часу, наближаються до своїх почуттів і уникають їх, щоб не бути приголомшеними. Оскільки ці емоції можуть виражатися як спалахи гніву або погана поведінка, а не як смуток, їх можна не розпізнати як такі, що пов'язані з горем [2, с.42]. Крім того, оскільки їхні потреби в догляді та зв'язку є інтенсивними та миттєвими, маленькі діти зазвичай переходять від реакцій горя до швидкого пошуку та прийняття людей на заміну.

На відміну від дорослих, які можуть витримувати рік або більше інтенсивної скорботи, діти, швидше за все, періодично проявлятимуть афекти та поведінку, пов'язані з горем, протягом багатьох

років після втрати; різні потужні реакції на втрату, як правило, відновлюються, переглядаються та опрацьовуються неодноразово на наступних рівнях наступного розвитку. Таким чином, маючи справу з дітьми, які зазнали втрати, важливо усвідомлювати особливу природу горя у дітей і не очікувати, що вони виражатимуть свої емоції, як дорослі, або що їхня відкрита поведінка обов'язково виявить їхні внутрішні страждання. Таке відкладене переживання втрати може вимагати спеціалізованої допомоги, якщо розвиток виглядає заблокованим або з'являються психопатологічні симптоми.

Хоча більшість науковців мають спільну думку, що навіть дуже маленькі діти реагують на втрату, існують значні суперечки щодо того, коли діти мають передумови розвитку для повного «трауру», а також щодо ймовірності досягнення здорового результату втрати. Загалом вважається, що до 3-4 років діти не здатні досягти повного усвідомлення втрати, і погоджено, що в підлітковому віці діти можуть сумувати (але все ще більш вразливі, ніж дорослі, оскільки вони відчують багато інших втрат та змін). Суперечка зосереджується на роках між ними: чи можна досягти здорового рішення та наскільки схожі реакції дітей і дорослих на втрату.

За останні роки було проведено ряд досліджень, щоб визначити, як діти різного віку сприймають смерть.

Так, аналізуючи слова та малюнки відносно великої вибірки угорських дітей, які зазнали значних травм і смерті протягом кількох попередніх років, дослідниками була сформульована триетапна модель усвідомлення втрати та пов'язані етапи з приблизним хронологічним віком [5].

Приблизно до трьох років когнітивний і мовленнєвий розвиток дітей є надто незрілим, щоб вони могли мати будь-яке уявлення про смерть. Згідно зі стадією 1 за Д. Джеймсом, Р. Фрідманом (приблизно 3-5 років), смерть розглядається як зворотна; мертві просто вважаються «менш живими» у стані, аналогічному сну. Маленькі діти, які функціонують на рівні, що Піаже назвав «доопераційним» рівнем розвитку, як правило, не визнають незворотності смерті.

На другому етапі (вік 5-9 років) діти починають усвідомлювати остаточність смерті, але вірять, що вона трапляється лише з іншими людьми. На третій стадії (після 10 років) можна зрозуміти причини смерті, смерть сприймається як остаточна, неминуча і пов'язана з припиненням тілесної діяльності. Як і у всьому розвитку дитини, існують значні вікові відмінності в досягненні різних стадій, і діти можуть регресувати, коли відчують емоційну загрозу [5].

Приблизно до шестимісячного віку немовлята не можуть реагувати на розлуку з матір'ю, оскільки вони ще не розвинули здатність запам'ятовувати конкретні особисті стосунки. Розвиток тривоги незнайомців, що відбувається приблизно у 6-8 місяців, означає, що немовля встановило справжні об'єктні стосунки зі своєю матір'ю або основною

особою, яка піклується про неї. Ця реакція свідчить про те, що немовля в розвитку здатне зберігати сліди пам'яті про свою матір і здатне реагувати на її відсутність невдоволенням і депресією. Проте лише у віці трьох-чотирьох років дитина має послідовне уявне уявлення про важливі фігури прихильності та досягає сталості об'єкта [4].

Спостереження дітей віком приблизно від чотирьох років до підліткового віку привели дослідників до суперечливих висновків щодо природи дитячого горя та їх здатності досягти здорового результату. Деякі дослідники стверджують, що тільки в підлітковому віці діти мають здатність терпіти сильні больові афекти, необхідні для завершення процесу розлуки, і що діти більш схильні використовувати незрілі захисні механізми, такі як заперечення, які заважають адекватному вирішенню проблеми. Таким чином, ці науковці розглядають реакції дітей на втрату як якісно відмінні від реакцій дорослих.

Інші вважають, що після досягнення константності об'єкта (у віці трьох-чотирьох років) втрата не обов'язково призведе до тривалого психопатології. Все частіше визнається, що якщо дитина має постійного дорослого, який надійно задовольняє реальні потреби та заохочує вираження почуттів щодо втрати, може відбутися здорове пристосування. Крім того, біологічне розгортання, властиве розвитку, природним чином штовхає дітей до підвищення когнітивної та емоційної зрілості. Цей «поштовх до розвитку» розглядається як актив, який сприяє потенційній стійкості дітей за сприятливих обставин.

Підсумовуючи аналіз вікових особливостей переживання втрати та горя, зазначимо, що настав час переходити до сучасних стандартів дослідження в галузі втрати у дитячому та юнацькому віці. Молодих людей, які пережили втрату, необхідно відслідковувати, щоб визначити як короткострокові, так і віддалені наслідки втрати та виявити підгрупи найбільшого ризику розвитку патології. Методи втручання повинні бути піддані випробуванням на ефективність, щоб визначити, як найкраще допомогти дітям, з новими або модифікованими методами.

#### Список літератури

1. Войтович М.В. Психологічні особливості горювання. *Актуальні проблеми психології*. Том V. Випуск 19. 2019. С. 10-23.
2. Коен Д., Маннаріно Е. Психотерапія з дітьми та підлітками, які пережили травму та втрату. Львів: Свічадо, 2019. 264 с.
3. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів. Уроки життя крізь призму страждань. Київ: «Здоров'я». 2005. 210 с.
4. Bowlby J. Grief and Mourning in Infancy and Early Childhood. *The Psychoanalytic Study of the Child*. 1960. Vol. 60 (2). P. 9-52.
5. James J.W., Friedman R. The grief recovery handbook: 20th anniversary expanded edition. New York: Harper Paperbacks, 2009. 224 p.