

## РОЛЬ ПРЕВЕНТИВНОГО СЦЕНАРИЯ УТРАТЫ В АСПЕКТАХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВДОВАМ ЛЕТЧИКОВ-ИСПЫТАТЕЛЕЙ

М.И. Заворотняя, А.Г. Жилиев (Москва)

**Аннотация.** Представлен результат исследования особенностей переживания утраты вдовами летчиков-испытателей, чьи мужья погибли при выполнении профессиональных задач. Выделены и изучены психологические предпосылки формирования реакции горевания в виде превентивного переживания гибели супруга, опережающего реальные события. В рамках стратегии совладания впервые исследованы адаптивный и неадаптивный варианты психологического реагирования вдов летчиков на утрату. Предложен психодиагностический комплекс, позволяющий на ранних стадиях исследовать механизмы психологического совладания и прогнозирования развития отдаленных постстрессовых результатов развития личности вдов.

**Ключевые слова:** утрата; переживание утраты; вдовы; вдовы летчиков-испытателей; риск для жизни; механизмы переживания утраты; адаптивные и неадаптивные варианты.

Актуальность данного исследования вытекает из необходимости оказания психологической помощи родственникам людей, чья трудовая деятельность сопряжена с максимальным риском для жизни. Круг экстремальных профессий имеет в современном мире тенденцию к расширению, в том числе и в нашей стране. Летчики-испытатели традиционно относятся к категории профессионалов, чья деятельность связана с наибольшим риском для жизни. В связи с этим нами было предпринято изучение психологических особенностей переживания утраты вдовами летчиков-испытателей, погибших при исполнении служебных обязанностей.

Проблема горевания была исследована в трудах З. Фрейда, Ф. Василюка, Э. Линдермана, Е. Кублер-Росс, Д. Вордена и многих других. Ф.Е. Василюк [2. С. 200] определил «горевание» как «внутреннюю деятельность, внутреннюю работу», с помощью которой человеку удастся перенести тяжелые события, справиться с критической ситуацией.

Как известно, впервые интерес к исследуемой теме был проявлен З. Фрейдом в работе «Печаль и меланхолия» [16. С. 203–211]. Им было обнаружено, что некоторые люди не в состоянии пережить утрату и восстановить психологическую адаптацию. Течение становится хроническим и приобретает патологические черты. «Работа печали» состоит в том, чтобы оторвать психическую энергию от любимого, но теперь утраченного объекта. До конца этой работы «объект продолжает существовать психически», а по ее завершении «я» становится свободным

от привязанности и может направлять высвободившуюся энергию на другие объекты.

Можно сказать, что это теория забвения. Суть ее сохраняется неизменной и в современных концепциях. Среди формулировок основных задач работы горя можно найти такие, как «принять реальность утраты», «ощутить боль», «заново приспособиться к действительности», «вернуть эмоциональную энергию и вложить ее в другие отношения». По мнению Ф. Василюка, хоронить – это не отбрасывать и не отрывать энергию от утраченного объекта, а прятать и сохранять. Человеческое горе призвано не разбрасывать, а собирать, не уничтожать, а творить – творить память [3. С. 230–247].

Э. Линдемани [9. С. 288] описал симптоматику острого горя, выделив пять основных признаков: 1) физическое страдание; 2) поглощенность образом умершего; 3) вина; 4) враждебные реакции и 5) утрата моделей поведения. В 1960-е гг. Е. Кублер-Росс [7. С. 320] пришла к выводу, что воздействие на личность известия о смерти имеет несколько стадий. Шок, отрицание, агрессия, депрессия, стадия принятия смерти. Но несмотря на то, что мы выделяем общие закономерности, каждый человек – это особый случай. Д.В. Ворден [18. С. 232] предложил вариант описания реакции горя не по стадиям или фазам, а через четыре задачи, которые должны быть выполнены горящим при нормальном течении горя. Эти стадии могут являться также и стадиями психотерапевтического процесса: 1. Принять факт потери. 2. Пережить боль потери. 3. Наладить окружение и найти свое место в мире, в котором нет ушедшего. 4. Выстроить новое отношение к умершему и продолжить жить. В рамках психологической помощи должно быть создано психотерапевтическое пространство, которое позволило бы горю разрешиться, вырваться наружу, а так как горе по большей части – это страх, гнев, вина, обида, страдание, боль и слезы, то все эти чувства должны иметь возможность быть принятыми – бережно, осторожно и со вниманием.

В каждой конкретной ситуации при работе с горем специалист-психолог применяет методику или набор методик, которые сочетаются друг с другом и подходят конкретному человеку.

В современной психотерапии, по мнению В.П. Коханова и В.П. Краснова [6. С. 448], появилась тенденция к изменению представлений об эффективности так называемого психологического дебрифинга с «вентиляцией эмоций», обсуждением недавно пережитого. Чтобы говорить о горе в безопасном контексте, не способствующем ретравматизации, нарративная практика [14. С. 356] предлагает воссоздавать альтернативную территорию идентичности, позволяющую шире реагировать на травмирующее событие, включение воспоминаний приятных минут прошлого и планирование действий, которые могут улучшить положение. Страдание имеет место, но может быть

уравновешено обсуждением того, каким образом отношения с погибшим продолжают. Разговоры об этом дают больше утешения, нежели разговоры о самой утрате. Майкл Уайт ввел в обиход нарративной практики выражение «проблема не в человеке, проблема в проблеме». Подобная философия экстернализации служит противовесом против практик патологизации [17. Р. 192–196].

Важно отметить, что в существующих на сегодня исследованиях, несмотря на многообразие открытий, отсутствует единство подхода к психологическому сопровождению лиц, переживших утрату, что затрудняет эффективное оказание психологической помощи.

В нашем исследовании мы отмечаем специфику социальной среды, в которой пребывают семьи погибших летчиков. Гибель мужа в летной среде позиционируется не только как личная трагедия, но и весомая потеря для профессиональной среды. В результате гибель летчика трансформируется в своеобразное социальное наследие для его семьи, которая принимает на себя ответственность за сохранение и культивацию памяти о погибшем.

Важным фактором для рассмотрения в исследовании является превентивный сценарий возможной последующей утраты. В интервью жена одного из летчиков-испытателей вспоминала:

*Было время, когда похороны летчиков проходили каждую неделю. Мы, жены, с ужасом ожидали «траурную делегацию», сообщающую о гибели очередного летчика. Этот страх потери постоянно рядом.*

Возможность утраты в связи с опасностью профессии и частые случаи наблюдения за аналогичными ситуациями определяют традиционный для данной среды сценарий горевания. В случае реальной утраты предопределенный сценарий обретает воплощение, а личные эмоции и переживания отодвигаются на второй план. Отложенное во времени переживание зачастую вызывает постстрессовое состояние, и возникает необходимость в дополнительной внешней поддержке.

Отдельного внимания заслуживает и фактор социального статуса вдовы Героя или известного летчика. Данный статус в большинстве случаев обретает значение сверхценности. Однозначно положительно оцениваются соответствующие статусу материальные и социальные условия жизни. С моральной точки зрения такой статус нередко становится главной ценностью и единственным достижением в жизни вдовы, причем значимость статуса со временем только усиливается.

Вкупе с высоким статусом у вдовы, по традициям социальной среды, неизбежно возникает косвенная установка на уникальность потерянного мужа и невосполнимость утраты.

Таким образом, психологический прессинг и установки социальной среды влияют как на процесс горевания, так и на формирование жизненных ценностей в новом качестве личности – вдовы летчика-

испытателя. При этом само качество жизни вдов значительно различается. В одном случае происходит реабилитация на базе социализации личности, в другом – «интернализация» личностью переживаемого горя. В связи с этим нами была предложена программа по изучению различных вариантов реагирования на утрату с целью выявления причин различий. В рамках этой программы группе вдов, согласившихся принять участие в исследовании, первоначально были предложены тест на саморепрезентацию – «Кто я?» и тест на выявление доминирующих эмоциональных состояний – «Личностный опросник Джерсайлд» [12. С. 455]. При анализе ответов теста «Кто я?» были выявлены различия в превентивном отношении к утрате, которые вдовы продемонстрировали при ответе на вопрос: «Когда и как Вы впервые задумались о возможности гибели Вашего мужа?» Несмотря на многообразие ответов, сценарии фактически разделились на две группы. Первую группу составили относительно позитивные сценарии, включающие паттерны «Я разобьюсь в полете, но в полете – жизнь» и оценки типа «Он учил радоваться простым вещам, учил быть стойкой». Вторую группу составили крайне негативные сценарии, включающие оценки типа «не плодить вдов и сирот», «лучше не жениться» и т.д. Нами было замечено, что характер сценария коррелирует с переживанием утраты в реальной жизни. В первоначальной стадии горевания, т.е. в остром горе, уровень переживания обычно имеет однородный характер с переключением на семейные ценности и бессознательную изоляцию от социума. Однако далее происходит разделение на два типа горевания. В первом типе горевания осуществляется выход личности из-под тяжести «горя». При этом горевание превращается в параллельный, не доминирующий в реальной жизни процесс. Факт потери всегда присутствует с человеком, однако не препятствует построению новых ценностных систем и открытию новых радостей жизни. Условно: утрата встраивается в жизнь.

Второй тип горевания – превалирующее горевание. Горе с течением времени сохраняет свой доминирующий характер в жизни человека, а знание о себе и о мире складывается через призму горевания. Жизнь условно разделяется на «до» и «после», приобретая дискретный характер. Условно: жизнь встраивается в утрату.

Гипотезу с развитием горевания по первому и второму типу также косвенно подтвердил анализ ответов на тест «Личностный опросник Джерсайлд». В обоих вариантах горевания эмоциональное состояние «бессмысленность существования» имело высокую значимость. Однако у первого типа переживания утраты «бессмысленность существования» не приобрела крайне негативной оценки, напротив, несла философский смысл и расширяла горизонты восприятия жизни, сочеталась с высоким показателем «свободы воли». В то же время у второго типа горевания «бессмысленность существования» сопровождалась

стойким эмоциональным состоянием «абсолютной безнадежности» на фоне отсутствия «свободы воли».

На основе полученных данных была выдвинута гипотеза об адаптивном (первый тип) и неадаптивном (второй тип) переживании утраты.

**Целью данной работы** являлась проверка гипотезы об адаптивном и неадаптивном переживании утраты вдовами летчиков-испытателей и уточнение эффективного подхода к их психологическому сопровождению.

*Предпосылкой для гипотезы процесса переживания утраты с разделением на адаптивный и неадаптивный вариант также послужило понятие «переживания» в культурно-историческом подходе (Л.С. Выготский) [13. С. 32–42].*

По определению Л.С. Выготского, переживание – единица, в которой в неразложимом виде представлено то, что переживается (среда), и то, как переживается. Таким образом, переживание рассматривается Л.С. Выготским как деятельность по перестройке психологического мира, направленная на установление смыслового соответствия между сознанием и бытием. Опираясь на концепцию высших психических функций, теоретически к переживанию можно подойти как к любой другой психической функции, которая в онтогенезе развивается от произвольных и непосредственных форм к высшим формам, имеющим статус действия или деятельности (то, что Л.С. Выготский называл «высшей психической функцией»). Особый интерес представляет этап перехода переживания в свою высшую форму. Развитие переживаний в онтогенезе следует по общему магистральному для высших психических функций пути. На определенном этапе происходит интеллектуализация переживаний, т.е. рефлексивное осознание и овладение ими, и в результате субъект получает возможность более или менее успешно осуществлять сознательную саморегуляцию переживаний [10. С. 5–10].

Речь идет о формировании на основе интеллектуализации переживания особого состояния и его сознательном анализе, позволяющем углублять и разнообразить переживание. То есть индивид с позиции собственного понимания трансформирует процесс переживания в ту ситуацию, которую создает:

1) при достаточном общении и включении в деятельность процесс переживания носит нормативный характер;

2) при нарушении общения или деятельности процесс переживания приобретает черты патологического процесса.

Первый и второй случаи подразумевают адаптивный и неадаптивный варианты переживания утраты. Другими словами, обратимся к понятию переживания утраты, встроенному и не встроенному к «Я-концепцию».

Для этой цели в нашей работе мы использовали методику А.Г. Жилыева «Образ себя в живой и неживой природе» с рассказыванием сказки [5. С. 48]. Вслед за У. Джеймсом [4. С. 291–292] рассмотрим «Я-концепцию» в терминах «I», «Me» и «Myself». В связи с тем, что человек, с одной стороны, обладает сознанием, а с другой – осознает себя, глобальное, личностное Я (Self) У. Джеймс рассматривал как двойственное образование, в котором соединяются Я-сознающее (I) и Я-как-объект (Me). В терминах У. Джеймса методику А.Г. Жилеева можно представить следующим образом. Видение себя в живой природе – это образ «I». Человек видит себя в образе животного или растения. Давая выбранному животному или растению три характеристики, человек описывает себя, указывая на свои основные черты, которым он придает особое значение как Деятеля и Автора. Видение себя в неживой природе идентично «Me». «Объективный» аспект человека – то, на что можно условно посмотреть со стороны и описать так, как мы описываем других людей, персонажей или предметы. Давая три характеристики неживому предмету, человек в результате описывает себя со стороны, глазами других, формируя собственный имидж.

Задание создать сказку, в которой взаимодействуют образы «I» и «Me», выводит на сцену «Myself». Сказка – это своего рода «орудие», мостик между невербализованными чувствами и образами «Myself», которые начинают вербализоваться и распознаваться благодаря возможности одновременного взаимодействия «I» и «Me». Процесс создания сказки – это работа с образами себя изнутри и снаружи, направленная на их взаимодействие. Таким образом, невербализованные смыслы по возможности озвучиваются и обретают форму. Сказка становится отражающей поверхностью для всех трех смыслов. Когда человек пережил тяжелое событие или множественную травму, ему становится очень трудно распознать «Myself», так как он перестает напрямую отслеживать свои чувства. В нашей методике в этом случае не удастся связать образы «I» и «Me»: сказка не складывается. Если человек ощущает гармонию с окружающим пространством, то образы «I» и «Me» легко уживаются и взаимодействуют в сказке. Одна из задач любой психотерапии – оживить «Myself», т.е. целостное восприятие человеком самого себя. В первом случае, когда переживание не окончательно переработано и остается острым и актуальным, а образ «Myself» не может быть самостоятельно прочувствован и идентифицирован, имеет место неадаптивный вариант переживания утраты.

В противоположном случае, когда переживание осознается и формируется соответствующая психологическая защита, мы говорим об адаптивном варианте переживания утраты.

Для анализа адаптивного и неадаптивного вариантов переживания утраты у вдов летчиков-испытателей к исследованию были приглашены 32 вдовы, из них 25 – вдовы Героев России и Советского Союза. Дав-

ность утраты составляла от пяти до тридцати лет. Возраст вдов варьировался от 45 до 70 лет. Все участницы исследования имели от 1 до 2 детей. Все семьи были обеспечены постоянным жильем в пределах г. Жуковского Московской области. Ни одна из участниц исследования не имела последующих браков.

Первоначально в исследовании приняли участие 39 человек. Критерием включения в финальное исследование являлось переживание утраты при внешнем психологическом благополучии. Критерием исключения из финального исследования было выявление у семи человек ярко выраженных неврозов и психосоматических заболеваний.

Методика многостороннего исследования личности [1. С. 175] в группах сравнения выявила определенное своеобразие. Анализ результатов тестирования позволил на уровне усредненных характеристик в группах сравнения выявить следующие различия. У вдов при неадаптивном варианте горевания более выраженными оказались реакции невротической конверсии: соматизация тревоги, демонстративность в поведении при наличии значительно выраженных тревожных проявлений и социально-психологической депривации. Уровень общей невротизации в данной группе оказался существенно выше, чем в группе вдов с адаптивным вариантом переживания утраты, что отражено в среднем уровне профиля.

У вдов летчиков-испытателей с адаптивным вариантом переживания утраты выявилась сопоставимая выраженность остроты депрессивных переживаний при существенном снижении общего эмоционального фона. Существенную выраженность имеют и гендерно обусловленные факторы.

Уточнение системы методологических подходов к психокоррекции лиц, переживших утрату, проводилось на основе таких характеристик личности, как:

– система ценностных ориентаций (по методике Е.Б. Фанталовой [15. С. 128] «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» (УСЦД)),

– развивающиеся психологические защитные механизмы (по методике определения индивидуальных копинг-стратегий Э. Хайма [11. С. 98]).

Методика Е.Б. Фанталовой представляет собой модифицированную методику М. Рокича, позволяющую выявлять структуру ценностей личности и возможность их достижения. Анализ результатов проводился путем попарного ранжирования 12 понятий-ценностей:

1. Активная, деятельная жизнь.
2. Здоровье (физическое и психическое здоровье).
3. Интересная работа.
4. Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и искусстве).

5. Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком).

6. Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений).

7. Наличие хороших и верных друзей.

8. Уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений).

9. Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, а также интеллектуальное развитие).

10. Свобода как независимость в поступках и действиях.

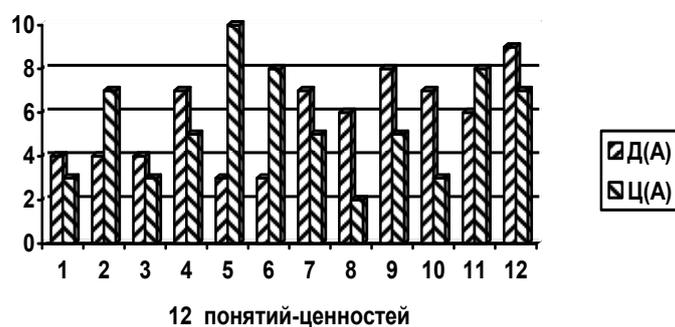
11. Счастливая семейная жизнь.

12. Творчество (возможность творческой деятельности).

Ниже представлены практические результаты исследования на основе двух вышеперечисленных методик. Различия верифицировались методом статистического анализа Манна – Уитни в пакете программ SPSS.

Графики отражают уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных сферах жизни у вдов летчиков-испытателей (по методике Е.Б. Фанталовой).

Адаптивный вариант переживания утраты



Неадаптивный вариант переживания утраты



У вдов с адаптивным вариантом переживания утраты тест выявил наличие «внутренних конфликтов» (актуальная ценность и низкая дос-

тупность в реальной жизни) по ценностям любви (5) и материального благополучия (6). Для вдов с неадаптивным вариантом переживания утраты – по ценности здоровье (1), что указывает на подверженность ипохондрическим настроениям.

«Внутренние вакуумы» (доступность выше ценности) для вдов с адаптивным вариантом переживания утраты по результатам теста представляются доступностью ценностей свободы (10) как независимости в поступках и действиях и уверенности в себе (8). Для вдов с неадаптивным вариантом переживания утраты – свободы как независимости в поступках и действиях (10).

«Внутренний конфликт» по ценности любви (5) у вдов с адаптивным вариантом переживания утраты оказался доминирующим и стойким. Такой до настоящего времени актуальный конфликт можно рассматривать как признание реальности потери и ее принятие. Признание высокой ценности любви означает признание ценности потерянных в связи с утратой отношений и осознание тех положительных личных моментов, которые в них присутствовали. Воспоминание об этих моментах не вызывает отторжения, а, наоборот, дает поддержку для жизни.

*У меня всегда как бы 2 жизни. Грусть – она всегда со мной. Боль не ушла. Но это та скрытая жизнь, которая всегда со мной...*

Отрицание данной ценности у вдов с неадаптивным вариантом переживания утраты связано с желанием отстраниться от старой, «нереальной» жизни и желанием избавиться от страхов впадения в психологическую неадекватность при воспоминаниях о погибших мужьях. Таким образом, добровольно принятый механизм избегания дополнительных переживаний привел к обесцениванию ценности любви.

*Когда происходил возврат к воспоминаниям, то называла себя ненормальной. Считала, что нельзя уходить в нереальную жизнь, пугалась, что со мной что-то не так.*

Наличие «внутреннего вакуума» по уверенности в себе (8) для вдов с адаптивным вариантом переживания утраты указывает на усталость от ответственности за свою жизнь.

Ценность и доступность свободы как независимости в поступках и действиях (10) для вдов с адаптивным и неадаптивными вариантами переживания утраты попала в зону «внутреннего вакуума». Можно предположить, что для вдов с неадаптивным вариантом переживания утраты ценность свободы априори была нивелирована установками социальной среды. Вдовы с адаптивным вариантом переживания утраты, ощущая переизбыток свободы, связывали его с дополнительным грузом ответственности.

Тревога и страх являются основными признаками напряжения механизмов психической адаптации, стимулами, активизирующими адаптационные механизмы на поиск выхода из стрессовой ситуации. Все поведенческие реакции на стресс можно разделить на два полюса:

реакция бегства (как правило, бессознательная) и реакция борьбы (как правило, осознанная) [8. С. 178–208]. Люди, мотивированные на достижение чего-либо, легче переносят стрессовую ситуацию, чем люди, мотивированные на избегание неудач.

Механизмы совладания – это стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуации психологической угрозы. Эти стратегии носят активный характер, в значительной мере определяют успешную или неуспешную адаптацию человека в новой, субъективно сложной ситуации. Копинг-стратегии охватывают когнитивную, эмоциональную и поведенческую сферы функционирования личности. Для анализа копинг-стратегий нами использовалась методика Э. Хайма.

У вдов, процесс протекания утраты которых проходил по адаптивному пути, по методике Э. Хайма, наличествовали продуктивные и относительно продуктивные копинг-стратегии. У вдов, процесс протекания утраты которых проходил по неадаптивному пути, по этой же методике, всегда присутствовали одна или более непродуктивные копинг-стратегии.

Приведем примеры сказок вдов, процесс протекания утраты которых проходил по адаптивному и неадаптивному пути. Также приведем результаты опроса вдов по методике-опроснику Е.Б. Фанталовой [15] «Шкала оценки дискомфорта», которая в дополнение к вышеизложенным методикам дает субъективную оценку вдовами своего психологического благополучия.

#### **Пример сказки вдовы с адаптивным вариантом переживания утраты.**

В живой природе: **лев** (1) благородный; 2) нежадный; 3) защитник).

В неживой природе: **небо** (1) бездонное; 2) красивое; 3) загадочное).

### СКАЗКА

Лев считал себя хозяином на земле. Сделал он однажды свои дела, покормил деток и лег полежать. Смотрит на небо и думает «Я такой сильный, такой мудрый. Почему я не могу прыгнуть на небо?» Залез он на высокую скалу и вообразил себя орлом. Но поскольку лев был умным, то он решил сначала посоветоваться со зверями. Видит, ползет змея, лев спрашивает: «Змея, почему ты не летаешь?» Змея ответила: «Потому что у меня нет крыльев». Тогда он спросил у птицы: «Почему ты летаешь, а я нет?» Птица ответила: «Потому что Бог сказал тебе хозяйничать на земле. Занимайся своим делом». Лев успокоился. Он больше не думал о том, что надо покорять небо.

*Методика «Шкала оценки дискомфорта»:* уровень дискомфорта равен 3 (внутренний комфорт).

*Методика Э. Хайма:*

A(K) – 10 установка собственной цели (относительно продуктивная).

Б (Э) – 5 пассивная кооперация (относительно продуктивная).

В (П) – 7 сотрудничество (продуктивная).

**Пример сказки вдовы с неадаптивным вариантом переживания утраты.**

В живой природе: **кошка** (1) на стороже; 2) одинокая; 3) сама себе все находит).

В неживой природе: **камень** (1) гладкий; 2) добрая энергетика; 3) каждый раз новый рисунок).

### СКАЗКА

Камень сам по себе, кошка сама по себе. Не связывается.

*Методика «Шкала оценки дискомфорта»:* уровень дискомфорта равен 5 (сильный внутренний дискомфорт).

*Методика Э. Хайма:*

А (К) – 2 смирение (непродуктивная).

Б (Э) – 3 подавление эмоций (непродуктивная).

В(П) – 1 отвлечение (относительно продуктивная).

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

1. Переживание утраты вдовами летчиков-испытателей имеет свои закономерности развития, которые можно разделить по критерию адаптивности. При этом адаптивный вариант переживания утраты предполагает встраивание утраты в жизненную концепцию, а неадаптивный вариант переживания утраты предполагает встраивание жизненной концепции в глобализированное переживание утраты, что сопряжено с развитием стойкой психологической дезадаптации.

2. Возможно прогнозирование пути развития переживания утраты в случае наличия превентивной готовности к утрате. Первоначальный прогноз осуществляется путем анализа сказки. Сказка, разделяя когнитивную и эмоциональную сферы, дает срез аффективного переживания человека. Ее можно использовать и сразу после острого переживания, прогнозируя ход течения осознания утраты. То есть мы предлагаем использовать сказку уже на первоначальном этапе момента интеллектуализации (Л.С. Выготский), когда имеем дело с комплексом эмоциональных ощущений. Прогноз необходим для понимания нужности подключения психотерапевтического лечения. Если развитие переживания утраты идет по неадаптивному пути, то лечение необходимо. В противном случае процесс переживания утраты может принять патологический характер, что подтверждается исследованиями данной статьи.

3. При выборе моделей психологической коррекции эффективным для психотерапии вдов летчиков может стать психологический

подход, опирающийся на внешние факторы (нарративный подход). Основанный на идее, что люди конструируют конфликт или негатив, исходя из нарративного описания событий, данный психологический подход как бы движется «снаружи внутрь», а не «изнутри наружу» [14. С. 10]. К примеру, взгляд «снаружи внутрь» обнаруживает, что конфликт есть ситуация, происходящая в социокультурном контексте, где соперничают разные смыслы. Так, доминирующие в нашем обществе знания заставляют нас под определенным углом интерпретировать события своей жизни. В результате наделенные смыслом события формируют историю жизни и идентичности, которая заставляет человека страдать. Смысл деконструкции состоит в том, чтобы сделать видимыми социальные знания, которые человек использует для интерпретации своего опыта. На основании этого человек уже может создать условия для отделения себя и своего опыта от наслоившихся знаний, а также выбирать, использовать эти или другие знания. Подобная философия деконструкции может быть полезной при психологическом сопровождении вдов летчиков-испытателей.

### Литература

1. Березин Ф.Б., Мирошников М.П., Соколова Е.Д. Методика многостороннего исследования личности. М.: Фолиум, 1994.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М.: Изд-во МГУ, 1984.
3. Василюк Ф.Е. Пережить горе // Человеческое в человеке. М., 1991.
4. Джеймс У. Принципы психологии. Нью-Йорк, 1890.
5. Жиляев А.Г., Палачева Т.И. Первичная профилактика наркомании и методические подходы к формированию здорового образа жизни у детей и подростков: метод. пособие. Казань, 2006.
6. Коханов В.П., Краснов В.Н. Психиатрия катастроф и чрезвычайных ситуаций. М.: Практ. медицина, 2008.
7. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании. Киев: София, 2001.
8. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / под ред. Л. Леви. М.: Медицина, 1970.
9. Линдемэнн Э. Клиника острого горя // Психология эмоций / под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М., 1984.
10. Мещерякова И.А. Проблемное поле и мир переживаний старшеклассников // Психологическая наука и образование. 1998. № 3.
11. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учеб. пособие. Казань, 2003.
12. Немов Р.С. Психология. Психодиагностика. Кн. 3. М.: Владос: ИМПЭ, 2001.
13. Слободчиков И.М. Переживание одиночества с позиции культурно-исторической психологии Л.С. Выготского // Вестн. РГГУ. 2008. № 3/8.
14. Уинслэй Д., Монк Д. Нарративная медиация: Новый подход к разрешению конфликтов. М.: Центр «Судебно-правовая реформа», 2009.
15. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта // Мастерская практического психолога. М.: БАХРАХ-М, 2001.
16. Фрейд З. Печаль и меланхолия // Психология эмоций. М., 1984.

17. *Denborough D.* Collective Narrative Practice. Adelaide, Australia: Dulwich Centre Publications, 2008.
18. *Worden J.W.* Grief Counseling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Professional. N.Y.: Springer Publishing Company, 2001.

ROLE OF PREVENTIVE GRIEF SCENARIO IN ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE WIDOWS OF TEST-PILOTS

Zavorotniaia M.I., Dzeliaev A.G. (Moscow)

**Summary.** The results of the study of experiencing grief by the widows of test-pilots, who died by executing their official duties is devoted. The research highlights and examines psychological preconditions of grief reaction by the widows in the form of preventive mental grief during the spouse's life. For the first time a research is considering adaptive and non-adaptive ways of experiencing and controlling grief by widows of test-pilots. The research offers psycho-diagnostic complex, which enables to examine at an early stage the mechanisms of psychological control and forecasting the distant post-stressful results of personality development by widows of deceased test-pilots.

**Key words:** grief; grief experience; widow; widows of test-pilots; increased risk; preventive grief; controlling grief.