



Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы

# **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ ПРИ УТРАТЕ БЛИЗКОГО**

Санкт-Петербург  
2021

Пономарева Ирина Михайловна,  
канд. психол. наук, доцент  
кафедры консультативной  
психологии и психологии  
здоровья



**Страх смерти** – комплекс тревожных переживаний, связанных с осознанием собственной конечности и конечности близких людей.

◦ **Важнейшие функции страха смерти:**

- **Биологическая** - активизация инстинкта самосохранения, направленного на выживание человека.
- **Психологическая** – активизация стремления максимально полно реализовать себя в жизни.



## Динамика страха смерти по А.И. Захарову

2-3 года – кризис «Я-сам», автономия. Страхи темноты, высоты, злых существ, сказочных персонажей.

4 года – постепенное осознание, что есть смерть. Появляются вопросы о смерти. Относительно мало эмоций, в связи с иллюзией бессмертия у ребенка.

5-7 лет – появляются страхи смерти во сне, «плохих» сновидений, своей смерти и смерти родителей. «Неужели мы Все когда-нибудь умрем?!»

7-8 лет - максимум детских страхов., более осознанный опыт смерти родных, знакомых, домашних питомцев, героев мультфильмов и художественных фильмов. Появление социальной формы страха смерти: не успеть, опоздать, не соответствовать, быть отвергнутым.

11-14 лет – преобладание социальной формы страха смерти над биологической. Отчетливое проявление страха одиночества.

15-17 лет – активизируются обе формы страха смерти. «Спасает» энергия либидо – первая любовь, строительство жизненных планов.

18 лет и более - взрослость, большая психологическая зрелость, активизация психологической функции страха смерти – стремление к самореализации.



## Алгоритм психологической помощи горюющему ребенку

- 1. Знакомство, установление эмпатического контакта.
- 2. Прояснение запроса (что волнует, беспокоит, тревожит?).
- 3. Прояснение картины мира ребенка (присоединение к взглядам взрослых членов семьи: атеизм или определенная конфессия). Если ребенок – подросток, прояснение и принятие его картины мира.
- 4. Формирование доступа ребенка к своим ресурсам.
- 5. Прояснение истории взаимоотношений с умершим человеком.
- 6. «Отреагирование» негативных переживаний, завершение незавершенных отношений с умершим.
- 7. Прощание с близким человеком.



## Детские вопросы о смерти

- 1. Смерть похожа на сон?
- 2. Почему он умер?
- 3. Ты когда-нибудь умрешь? А я умру?
- 4. Я сделал (или подумал) что-то плохое, что привело к смерти?
- 5. Он вернется?
- 6. Ему там холодно? Что он будет есть?
- 7. Почему Бог позволил этому случиться?





## ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Волкан, В. Жизнь после утраты [Электронный ресурс]: психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл. - М.: Когито-Центр, 2007. - 160 с.
2. Захаров А.И. Ночные и дневные страхи у детей / А. И. Захаров – СПб.: Издательство Союз, 2000
3. Малкина-Пых И.Г. Психология горя и утраты /И.Г. Малкина-Пых – М.: Кнорус, 2021. – 282 с.
4. Пономарева И.М. Работа психолога в кризисных службах /И.М.Пономарева. – СПб: СПбГИПСР, 2016 – 199 с.
5. Шефов, С.А. Психология горя / С.А. Шефов. - СПб: Речь, 2013. - 144 с.