

7. Сімонс Л., Конгер Р. Зв'язок відмінностей у вихованні між матір'ю та батьком із типологією сімейних стилів виховання та результатів у підлітковому віці. Журнал сімейних питань. 2009.

8. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. — Х.: Прапор, 2007.— 640 с

*Останчук Б.*

## **НЕВИЗНАЧЕНА ВТРАТА В КОНТЕКСТІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ**

Поняття «невизначеної втрати» сягає корінням у дослідження сімейного досвіду втрати, зокрема, в контексті такого стресора як двозначність. У полі сімейної терапії на початку 1970-х років було помічено, що присутні фізично батьки часто були відсутні психологічно [1; с. 12]. Пізніше Pauline Boss, авторка терміну, екстраполює цей принцип та доходить висновку: психологічна відсутність стосується не лише батьків, а й будь-якої близької людини, яка одночасно в родині та поза нею. Звідси виникає більш широкий термін «неоднозначна втрата» та модель її двох типів: 1) фізична відсутність з психологічною присутністю, 2) психологічна відсутність з фізичною присутністю [4, с. 105].

Історія демонструє, що невизначена втрата стала стандартною теорією для розуміння впливу ситуацій, коли присутність члена сім'ї піддається неоднозначності [13, с. 253], тобто, де хтось йде без прощання, або прощається не уходячи [7, с. 64]. Але хочеться зазначити й на низці вже існуючих досліджень даного феномену в різних ситуаціях неоднозначності, зокрема під час воєнних дій. Звідси, ми маємо явище невизначеної втрати в сім'ях зниклих безвісті в постконфліктному Непалі [13] та під час війни в Косово [11]; у сім'ях військовослужбовців запасу у воєнний час [9]; у травмованих сирійських біженців [12]; у дітей, батько яких був військовополонений в Ізраїлі [15]; у процесі дитячої прив'язаності на тлі війни [10]. На жаль, в україномовному науковому просторі немає літератури щодо цієї проблематики, особливо зважаючи на її актуальність зараз. Тому, спираючись на ці дослідження, нам хотілося би висвітлити не тільки феномен невизначеної втрати як такої, але й закласти цим фундамент на подальші дослідження в контексті наявної Російсько-української війни.

P. Boss визначає типову форму невирішеної втрати як «невизначену втрату» [16, с. 2]. За нею, невизначена втрата (далі НВ) — це втрата, яка залишається незрозумілою та без вирішення. У неї немає закриття або остаточного завершення, оскільки втрата триває [7, с. 63]. Говорячи про характеристики феномену, ми, перш за все, згадуємо про такі: НВ є незрозумілою втратою; НВ є травматичною втратою; НВ є розладом стосунків; НВ детермінована зовнішньо (наприклад, хвороба, війна), а не індивідуальною патологією; НВ є заплутаною й незбагненою втратою [5, с. 138].

Існує два типи невизначеної втрати. Перша – фізична відсутність разом із психологічною присутністю. Близька людина фізично зникла безвісти — втрачена, викрадена, зникла, але залишається присутньою психологічно, оскільки може з'явитися знову [там же]. Приклади можуть бути як катастрофічними та неочікуваними (наприклад, пропавші безвісти під час війни та стихійних лих, захоплення в заручники, тероризм, позбавлення волі, дезертирство, таємничий зникнення й ін.), так і більш поширені (міграція, імміграція, розлучення, усиновлення, ситуація «порожнього гнізда» й ін.) [3, с. 555].

Другий тип невизначених втрат — це фізична присутність у поєднанні з психологічною відсутністю. Кохана людина фізично присутня, але її не вистачає психологічно [5, с. 138]. Катастрофічними прикладами є хвороба Альцгеймера та інші деменції, хронічні психічні захворювання, депресія, залежності, непритомні стани й ін.; більш поширені – надмірна заклопотаність роботою або різного роду одержимості [3, с. 555].

Lisa A.Gorman та Hiram E.Fitzgerald наголошують, що сім'ї військових можуть відчувати багато невизначеності як під час циклу розгортання воєнних дій (коли батько-військовий фізично відсутній), так і під час фази возз'єднання (коли він повертається) [10, с. 22]. Ми так само припускаємо, що війна в Україні неабияк підвищила людські досвіди обох типів невизначених втрат, тому зауважуємо на важливості вивчення цієї теми саме в парадигмі актуальної екзистенції.

Невизначена втрата відрізняється від смерті (тобто визначеної втрати) через відсутність остаточної інформації та завершеності, яка дозволяє трансформацію та зміни. На відміну від втрати внаслідок смерті, невизначена втрата не має офіційного підтвердження втрати, оскільки зникла особа все ще присутня (наприклад, деменція) або ще може бути живою (наприклад, втрачена в морі). Таким чином, неоднозначна втрата породжує складне горе, оскільки немає можливості розв'язання її для втратившого [7, с. 64]. Цю ідею в контексті воєнних дій підтверджують результати нещодавнього дослідження, яке показало, що невизначеність кордонів та відсутність члена сім'ї може бути предиктором тривалого горя у сирійських біженців із ПТСР у Німеччині [12].

Є три специфічних (складних) типи горя, які можуть розвинути з типу невизначеної втрати. Наприклад, горе може бути передбачене [8], позбавлене виборчих прав [14], або заморожене [2].

Таким чином, тип втрати створює тип пережитого горя. Цей тип втрати — невизначена втрата — за своєю суттю породжує складне горе. Але патологія полягає в неоднозначності, а не в людині, чиє горе ускладнене. Таким чином, терапевтичним викликом є не закриття, а парадоксальний пошук сенсу в безсенсовності [6, с.462].

Авторка пропонує терапевтам та консультантам з питань горя керівництво для порання з невизначеною втратою. Воно складається з шести принципів, основна мета яких полягає у тому, щоб жити добре, незважаючи

на «незнання» [7, с. 67]. Дослідниця зауважує, що принципи не лінійні, а скоріше відбуваються в більш хаотичній і діалектичній схемі вгору-вниз, вперед-назад. Крім того, особливо багато індивідуальних відмінностей і культурного розмаїття релігійних ритуалів та смислів, тому нормативна структура про те, як людям очікувано сумувати, відхиляється. Таким чином, у нас є вказівки (а не рецепти) щодо стійкості (не нормальності) перед обличчям складної втрати:

- 1) Пошук сенсу (*Що для Вас означає ця ситуація?*);
- 2) Загартування контролю (*Як відпустити те, що я не контролюю?*);
- 3) Реконструкція ідентичності (*Хто я зараз, коли моя кохана людина невизначено втрачена?*);
- 4) Нормалізація амбівалентності (*Що мені робити зі своїми суперечливими почуттями?*);
- 5) Перегляд прив'язаності (*Як мені одночасно відпустити і ще пам'ятати?*);
- 6) Відкриття надії (*Як знайти надію у безперервній втраті, що не закрита?*)[5, с. 141-144].

Так, наприклад, потреба знайти сенс і реконструювати ідентичність мали визначальну роль серед викликів, з якими стикаються родини зниклих у постконфліктному Непалі. У той час як контроль і необхідність його пом'якшення вважалися менш важливими в непальському контексті через загальне позбавлення прав постраждалих сімей, що свідчить про те, що втручання мають бути спрямовані на розширення можливостей жертв, особливо жінок [13, с. 266]. Звідси, бачимо важливість культурного аспекту невизначеної втрати, який потребує свого ретельного вивчення на фоні актуальної війни в Україні задля професійної допомоги скривдженим внаслідок неї.

Наостанок, говорячи про невизначені втрати під час війни в Україні, нам хотілося би розширити це поняття та вивести його за матеріальні межі, за межі фізичної особи. Ми впевнені, що є такі види важко окреслених втрат нематеріального, більш вітального характеру. Наприклад, втрата впевненості в безпеці для себе та родини; колишніх рутин повсякденного життя; свободи від небезпеки; розуміння того, де зараз близькі й ін. Відсутність сирени, що лунає, разом із присутністю знання ще триваючою війни, на нашу думку, провокує цю двозначність. Тим самим хочемо сказати, що кожний українець наразі зазнає впливу невизначеної втрати, а значить, свого особистого (та національно-колективного) ускладненого горя, яке потребує вирішення в подальших дослідженнях.

#### **Список використаних джерел:**

1. Boss, P. (1972, November). Father absence in intact families. Presentation at the annual meeting of the National Council on Family Relations, Research and Theory Section. Toronto, Canada.
2. Boss, P. (1999). Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief. Cambridge, MA: Harvard University.

3. Boss, P. (2004). *Ambiguous Loss Research, Theory, and Practice: Reflections After 9/11*. *Journal of Marriage and Family*, 66(3), 551–566. doi:10.1111/j.0022-2445.2004.00037.
4. Boss, P. (2007). *Ambiguous Loss Theory: Challenges for Scholars and Practitioners*. *Family Relations*, 56(2), 105–111. doi:10.1111/j.1741-3729.2007.00444.
5. Boss, P. (2009). *The Trauma and Complicated Grief of Ambiguous Loss*. *Pastoral Psychology*, 59(2), 137–145. doi:10.1007/s11089-009-0264-0.
6. Boss, P., & Carnes, D. (2012). *The Myth of Closure*. *Family Process*, 51(4), 456–469. doi:10.1111/famp.12005.
7. Boss, P., & Yeats, J. R. (2014). *Ambiguous loss: a complicated type of grief when loved ones disappear*. *Bereavement Care*, 33(2), 63–69. doi:10.1080/02682621.2014.933573.
8. Doka, K. (1989). *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow*. New York, NY: Lexington.
9. Faber, A. J., Willerton, E., Clymer, S. R., MacDermid, S. M., & Weiss, H. M. (2008). *Ambiguous absence, ambiguous presence: A qualitative study of military reserve families in wartime*. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 222–230. doi:10.1037/0893-3200.22.2.222.
10. Gorman, Lisa A.; Fitzgerald, Hiram E. *Ambiguous Loss, Family Stress, and Infant Attachment during Times of War*. *Zero to Three*, v27 n6 p20-26 Jul 2007.
11. Kajtazi-Testa, L., & Hewer, C. J. (2018). *Ambiguous loss and incomplete abduction narratives in Kosovo*. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(2), 333–345. doi:10.1177/1359104518755221.
12. Renner, A., Jäckle, D., Nagl, M., Plexnies, A., Röhr, S., Löbner, M., ... Kersting, A. (2021). *Traumatized Syrian Refugees with Ambiguous Loss: Predictors of Mental Distress*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3865. doi:10.3390/ijerph18083865.
13. Robins, S. (2010). *Ambiguous Loss in a Non-Western Context: Families of the Disappeared in Postconflict Nepal*. *Family Relations*, 59(3), 253–268. doi:10.1111/j.1741-3729.2010.00600.
14. Rolland, J. (1994). *Families, illness, and disability. An integrative treatment model*. New York, NY: Basic.
15. Boss, P., & Carnes, D. (2012). *The Myth of Closure*. *Family Process*, 51(4), 456–469. doi:10.1111/famp.12005.
16. Shalev, R., & Ben-Asher, S. (2011). *Ambiguous Loss: The Long-Term Effects on the Children of POWs*. *Journal of Loss and Trauma*, 16(6), 511–528. doi:10.1080/15325024.2011.576983.
17. Testoni, I., Franco, C., Palazzo, L., Iacona, E., Zamperini, A., & Wieser, M. A. (2020). *The Endless Grief in Waiting: A Qualitative Study of the Relationship between Ambiguous Loss and Anticipatory Mourning amongst the Relatives of Missing Persons in Italy*. *Behavioral Sciences*, 10(7), 110. doi:10.3390/bs10070110.