

УДК 159.99

https://doi.org/10.33619/2414-2948/63/35

ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ГОРЯ У УКРАИНСКОГО ЭТНОСА

©*Яценко А. Е.*, ORCID: 0000-0001-7427-5355, Тихоокеанский государственный медицинский университет, г. Владивосток, Россия, *anastasiya1byacenko@mail.ru*

FEATURES OF THE EXPERIENCE OF GRIEF IN THE UKRAINIAN ETHNIC GROUP

©*Yatsenko A.*, ORCID: 0000-0001-7427-5355, Pacific State Medical University, Vladivostok, Russia, *anastasiya1byacenko@mail.ru*

Аннотация. По данным всероссийской переписи населения украинский этнос является третьим по численности на территории РФ, таким образом, вероятность обращения за психологической помощью украинцев велика, поэтому является актуальным исследование особенностей переживания горя у данного этноса. Необходимо начать с описания психологических особенностей украинцев. Среди присущих качеств ключевыми остаются: интроверсивность, кордоцентричность, индивидуализм и эмоциональность. Похоронные ритуалы данного этноса имеют своей спецификой концентрацию на позитивных переживаниях, и как следствие, избегания негатива, ввиду выраженного страха смерти. На основании вышеописанного, можно предположить, каким образом будут протекать стадии горя у украинского этноса: 1. на стадии шока, ввиду того, что украинцы являются эмоциональными, и их эмоциональность направлена во внутрь, вероятно данный этнос будет демонстрировать заторможенность и оцепенение; 2. стадия отрицания может протекать, ввиду того, что украинский этнос характеризуется интровертированностью и изоляционизмом, в виде легких расстройств, а также тяжелых психотических форм; 3. при работе с украинцами на стадии агрессии важно понимать, что данный этнос характеризуется чувствительностью, ранимостью и индивидуализмом, следовательно, работая с человеком на данной стадии необходимо дать ему высказаться, помогая тем самым проявлять открыто эмоции; 4. интровертированность украинцев может поспособствовать тому, что на стадии дезорганизации украинцы могут закрыться в себе, но так как они являются чувствительными, то их необходимо стимулировать к открытому проявлению эмоций; 5. стадия принятия смерти может протекать на нескольких уровнях: покорность или понимание, что со смертью близкого человека собственная жизнь не заканчивается. Таким образом, в данной работе описаны индивидуально-психологические особенности украинского этноса, похоронные традиции и на основании этих данных было сделано предположение о том, как именно будет проходить процесс переживания горя у представителей данного этноса.

Abstract. According to the all-Russian population census, the Ukrainian ethnic group is the third largest in the territory of the Russian Federation, so the probability of seeking psychological help from Ukrainians is high, so it is relevant to study the features of experiencing grief in this ethnic group. It is necessary to start with a description of the psychological characteristics of Ukrainians. Among the inherent qualities of the key will be to introversion, cordocentesis, individualism and emotion. Funeral rituals of this ethnic group have their own specific focus on

positive experiences, and as a result, avoiding negativity, due to the expressed fear of death. Based on the above, we can assume how the stages of grief will flow in the Ukrainian ethnic group: 1. at the stage of shock, due to the fact that Ukrainians are emotional, and their emotionality is directed inward, it is likely that this ethnic group will show inhibition and numbness. 2. the stage of denial can occur, due to the fact that the Ukrainian ethnic group is characterized by introversion and isolationism, in the form of mild disorders, as well as severe psychotic forms. 3. when working with Ukrainians at the stage of aggression, it is important to understand that this ethnic group is characterized by sensitivity, vulnerability and individualism, therefore, working with a person at this stage, it is necessary to give him a voice, thereby helping to show openly emotions. 4. Introversion of Ukrainians can contribute to the fact that at the stage of disorganization, Ukrainians can close themselves in themselves, but since they are sensitive, they need to be encouraged to openly Express emotions. 5. the stage of accepting death can occur on several levels: submission or understanding that with the death of a loved one, one's own life does not end. Thus, this work describes the individual psychological characteristics of the Ukrainian ethnic group, funeral traditions, and on the basis of these data, an assumption was made about how exactly the process of experiencing grief will take place among representatives of this ethnic group.

Ключевые слова: горе, горевание, украинцы, этнос.

Keywords: grief, grieving, Ukrainians, ethnos.

Горе — универсальное человеческое переживание, реакция на утрату значимого объекта, специфический психический процесс, развивающийся по своим законам. Горевание — это естественный процесс, необходимый для того, чтобы пережить утрату, оплакать смерть. Несмотря на то, что утраты являются неотъемлемой частью жизни человека, тяжелые утраты нарушают привычное ее течение, разрушают иллюзию контроля и безопасности [1].

Справится с утратой и облегчить работу горя позволяют ритуалы, принятые в той или иной культуре.

По данным всероссийской переписи населения (2010 г.) украинский этнос имеет численность населения на территории РФ более 1 миллиона человек и является третьим по численности (после русских и татар) [3]. На фоне вышеописанного, ввиду многочисленности украинского этноса на территории РФ и большой вероятности обращения за психологической помощью лиц, данного этноса, является актуальным исследование особенностей переживания горя у украинского этноса.

Прежде чем переходить к особенностям переживания горя у украинцев, необходимо описать психологические и культуральные особенности украинского этноса.

Генетические корни современных украинцев содержат много разных примесей, принесших в украинский генофонд различные плюсы и минусы. Исследователь Ю. Липа выделяет, помимо разнообразных примесей кочевников, кельтов, римлян, норманнов, евреев и др., три основных источника формирования украинского менталитета: трипольскую культуру, понтийскую культуру эллинов и индогерманскую культуру готов [4]. Именно эти три культуры оказали огромное влияние на формирование украинского менталитета, национального характера, от особенностей которого зависит специфика процесса переживания горя.

Одной из основных характеристик украинского менталитета является эмоциональность, чувственное начало, которое преобладает над рациональностью. Такая черта ментальности

характерна для всех славянских народов, однако у каждого из них она имеет свои особенности и характеристики. Эмоциональность украинцев — это сосредоточенность на внутреннем эмоционально-чувствительном мире. И. Бычко высказывается по этому поводу таким образом: «Специфическим признаком украинской ментальности является направленность на внутренний эмоционально-чувственный мир человека, в котором господствует не холодный рациональный рассудок, а страстный призыв сердца – в связи с этим говорят о кардиоцентризме украинской ментальности» [6].

Эмоциональность часто сопоставляется с кардиоцентризмом, так называемой «философией сердца». Преобладание эмоций и чувств над мышлением. Именно благодаря этому, украинец имеет социальную способность к сентиментальности, чувствительности, соболезнованию, лиризму, гуманизму, толерантности и т. д.

Я. Ярема относит украинский этнос в группу интровертивного народа и как первое проявление изоляционизма — отрицательное отношение к внешнему миру, которое может проявиться в критическом отношении в насмешки над действительностью. «Путем изоляции, — отмечает Я. Ярема, — украинец пытается как-нибудь избавиться от невыносимой действительности. Они бегут от нее на одиночество, в мир внутренний, либо не замечая окружающую реальность, либо ее идеализируя». Для украинцев характерно обособление и дистанцирование от внешнего социального окружения — общества в целом (макросоциума). Ключевым проявлением изоляционизма является недоверие к своим согражданам (если они не входят в ближайшее окружение), низкая готовность к солидарным действиям, иными словами — ограниченность социального капитала [5].

Опираясь на социально-психологические и культурологические работы Н. Костомарова, М. Грушевского, В. Липинского, современный украинский исследователь предложил в качестве системообразующих признаков менталитета украинского народа рассматривать следующие его четыре характеристики:

1. интроверсивность высших психических функций в восприятии окружающей действительности;
2. кордоцентричность, проявляющуюся в сентиментализме, чувственности, любви к природе и эстетизме народной жизни;
3. анархический индивидуализм, который проявляется в разных формах партикулярного стремления к личной свободе, без должного устремления к государственности;
4. преобладание эмоционального, чувственного над волей и интеллектом [7].

Среди присущих качеств украинцев, ключевыми остаются — интроверсивность, кордоцентричность, индивидуализм и эмоциональность. Именно эти критерии, как можно детальней, дают представление о сущности украинского народа.

Имея представление о психологических особенностях украинцев, следует также уделить особое внимание похоронным ритуалам данного этноса, ведь сам процесс похорон помогает справиться человеку с переживанием горя, принимая сам факт потери.

В первую очередь, следует отметить, что у украинцев есть выраженный страх перед смертью. Именно этим страхом продиктовано строжайшее соблюдение похоронных обрядов. Одним из главных и основных мероприятий, сохранившихся на сегодняшний день, является торжественное прощание с умершим — тризна. Данное мероприятие призвано продемонстрировать торжество жизни над смертью – способ избавиться от дурных мыслей, от страха неотвратимости конца. Захоронив тело, собравшиеся выпивают хмельное, а часть жидкости выливали на могилу, чтобы и усопший «вкусил меда». Посещая могилу покойного, родственники ставят на надгробие или на саму могилу рюмку водки [8].

Покойника всегда выносят ногами вперед, говоря тем самым, чтобы смерть больше не приходила в этот дом. Когда усопший покинул дом навсегда, жильцы проводят «генеральную уборку»: моют окна, вытирают пыль, выравнивают сдвинутую мебель и неровно лежащие на столах и полках предметы, уборка делает невозможным возвращение покойника в дом. От воды в доме в момент смерти человека старались избавиться – выпивали, выливали, тратили на уборку. Считалось, что путь на тот свет через воду для покойного особенно сложен, поэтому воды оставляли минимум. При этом мести пыль, пока тело находится в доме, категорически запрещалось – можно «вымести» живых.

Поминальный обед обычно проводится трижды: сразу после похорон, на 9-й и на 40-й день. Остальные поминки проводятся раз в год. Поминальные обряды украинцев обычно приходятся на Пасху, через неделю после нее. Этот период зовется «Светлой неделей» или «Светлой пасхальной седмицей». Седьмой день зовется «Красной горкой», и именно в этот день люди идут на кладбище к умершим родственникам — убирают у их могил, приводят их территорию в порядок, разговаривают с усопшими [8].

С древнейших времен сохранился обряд причитания — уважение к покойному посредством голоса. Плакальщицами выступали и выступают исключительно женщины. Нередко «голосами» отдавали дань уважения подвигам воина, являлись выражением надежды на скорую встречу. При смерти ребенка плакальщицы просили умерших ранее родственников, чтобы они «присмотрели» за душой малыша, пока мама или папа с ними не встретятся вновь. Культура «плача» возникла из убеждения людей, что покойник «слышит» все, адресованное ему. Таким же архаизмом, как и плач, является завершение поминок гуляниями — песнями, весельем, играми. Люди «веселили усопшего». На Буковине до сих пор есть такие игры: «кобли», «грушка», «свеча», «головешка». Люди устраивают, как и в древности, целые юмористические театрализованные представления. Можно считать, что такой обряд — это видоизмененная тризна, знаменующая торжество жизни [8].

Таким образом, украинцы строго соблюдают похоронные ритуалы, так как имеют выраженный страх перед смертью. Этот же страх объясняет специфику похоронных обрядов, которая заключается в концентрации на позитивных переживаниях, и как следствие, избегания негатива.

На основании вышеописанного, можно предположить, каким образом будут протекать стадии горя у украинского этноса:

1. Стадия шока. Главная задача этой стадии — самоанестезия (шок предохраняет горющего от столкновения с утратой сразу во всем объеме) [2]. Ввиду того, что украинцы являются эмоциональными, и их эмоциональность направлена во внутрь, то, вероятнее, что данный этнос будет демонстрировать заторможенность и оцепенение, подавляя тем самым восприятия окружающей действительности.

2. Стадия отрицания. Задача этой стадии — помочь принять ужасную правду. Стадия отрицания характеризуется неверием в реальность потери. Отрицание включает в себя либо отрицание факта потери, либо ее значимости, либо необратимости [1]. Украинский этнос характеризуется интровертированностью и изоляционизмом. Таким образом, путем изоляции украинец пытается избавиться от невыносимой действительности, что может привести к следующим проявлениям стадии отрицания — легкие расстройства (человек сохраняет все так, как было при умершем) и тяжелые психотические формы (человек проводит несколько дней в квартире с умершим, прежде чем замечает, что тот умер).

3. Стадия агрессии, которая выражается в форме негодования, агрессивности и враждебности по отношению к окружающим, задача которой является переход от

формального признания к внутреннему принятию (смирению перед фактом) [2]. При работе с украинцами на данной стадии важно понимать, что данный этнос характеризуется чувствительностью, эмоциональностью, ранимостью и индивидуализмом, следовательно, работая с человеком на данной стадии необходимо дать ему высказаться, вести беседу тактично, не используя слова, которые могут навредить его эмоциональному состоянию, помогая тем самым проявлять открыто эмоции.

4. Стадия дезорганизации и отчаяния. Задача этой стадии – горевание в прямом смысле слова. Переход к стадии отчаяния всегда связан с упадком сил. Эта стадия наступает только тогда, когда человек полностью осознал, что случившееся действительно произошло. Это период острой душевной боли, осознание утраты сопровождается тоской, плачем, нарушением сна, аппетита, сужением сознания на психотравмирующих переживаниях [2]. Интровертированность украинцев может поспособствовать тому, что на этой стадии люди данного этноса могут закрыться в себе, не разговаривать с окружающими, но так как украинцы являются чувствительными, то на данной стадии переживания горя, необходимо также оказывать психологическую поддержку, стимулируя к открытому проявлению эмоций.

5. Стадия принятия смерти. Задача этой стадии – введение пережитой утраты в контекст жизни. Принятие смерти может протекать на нескольких уровнях: покорность (тихое отчаяние) или понимание, что со смертью близкого человека собственная жизнь не заканчивается [2].

Украинцы имеют выраженный страх смерти, поэтому процесс переживания горя может быть затянутым ввиду отрицания данного события, также, украинцы являются интровертированными и чувствительными, что также может усугубить процесс переживания горя ввиду того, что они не могут открыто проявлять свои эмоции.

По результатам проведенного теоретического исследования было выявлено, что украинский этнос характеризуется: интроверсивностью высших психических функций в восприятии окружающей действительности; кордоцентричностью, проявляющейся в сентиментализме, чувственности; индивидуализмом, который проявляется в разных формах партикулярного стремления к личной свободе; преобладанием эмоционального, чувственного над волей и интеллектом. Также этот этнос имеет выраженный страх смерти и специфику похоронных ритуалов, заключающихся в концентрации на позитивных переживаниях, и как следствие, избегания негатива.

Таким образом, в данной работе были описаны индивидуально-психологические особенности украинского этноса, их похоронные традиции и на основании этих данных было сделано предположение о том, как именно будет проходить процесс переживания горя у представителей данного этноса и прописаны рекомендации для психологов:

1. Учитывая эмоциональность и интровертированность украинцев, при работе с ними необходимо дополнительно стимулировать к открытому проявлению чувств, помогая тем самым справиться с напряжением

2. Зная о страхе смерти данного этноса, предполагать наличие ярко выраженных форм отрицания реальности и ухода от действительности у представителей данного этноса.

Список литературы:

1. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: психология горевания. М.: Когито-Центр, 2007. 160 с.

2. Сердюк Т. И., Карнакова Е. И. Горе утраты: особенности переживания смерти близких // *Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности*, 2012. №2. С. 57-60.
3. Федеральная служба государственной статистики. <https://rosstat.gov.ru/>
4. Липа Ю. Призначення України. Нью-Йорк: Видавництво Говерля, 1953. 308 с.
5. Сухорський С. Ващенко І. Ярема про психічні властивості українського народу // *Рідна школа*. 1992. №2. С. 2-4.
6. Бычко И. Украинская ментальность и проблема гуманитаризации национальной высшей школы // *Развитие государства*. 1993. №3. 59 с.
7. Кричук О. В. Ментальність: сутність, функції, генеза // *Ментальність. Духовність. Саморозвиток особистості: Тези доповідей та матеріали міжнар. конф., м. Луцьк. 18-23 червня*. 1994. С. 7-20.
8. Складенко В. М. Все об Украине. Харьков: ФОЛІО, 2008. 569 с.

References:

1. Volkan, V., & Zintl, E. (2007). *Zhizn' posle utraty: psikhologiya gorevaniya*. Moscow. (in Russian).
2. Serdyuk, T. I., & Karnakova, E. I. (2012). *Gore utraty: osobennosti perezhivaniya smerti blizkikh. Lichnost' v ekstremal'nykh usloviyakh i krizisnykh situatsiyakh zhiznedeyatel'nosti*, (2), 57-60. (in Russian).
3. Federal State Statistics Service. <https://rosstat.gov.ru/>
4. Lipa, Yu. (1953). *Priznachennya Ukraini*. New-York. (in Ukrainian).
5. Sukhorskii, S. & Vashchenko, I (1992). *Yarema pro psikhichni vlastivosti ukrains'kogo narodu. Ridna shkola*, (2), 2-4. (in Ukrainian).
6. Bychko, I. (1993). *Ukrainskaya mental'nost' i problema gumanitarizatsii natsional'noi vysshei shkoly. Razvitie gosudarstva*, (3), 59. (in Ukrainian).
7. Krichuk, O. V. (1994). *Mental'nist': sutnist', funktsii, geneza. Mental'nist'. Dukhovnist'. Samorozvitok osobistosti: Tezi dopovidei ta materialy mizhnar. konf., Lutsk. 18-23 chervnya*. 7-20. (in Ukrainian).
8. Sklyarenko, V. M. (2008). *Vse ob Ukraine*. Kharkov. (in Russian).

*Робота поступила
в редакцію 28.12.2020 з.*

*Принята к публикации
04.01.2021 з.*

Ссылка для цитирования:

Яценко А. Е. Особенности переживания горя у украинского этноса // *Бюллетень науки и практики*. 2021. Т. 7. №2. С. 303-308. <https://doi.org/10.33619/2414-2948/63/35>

Cite as (APA):

Yatsenko, A. (2021). Features of the Experience of Grief in the Ukrainian Ethnic Group. *Bulletin of Science and Practice*, 7(2), 303-308. (in Russian). <https://doi.org/10.33619/2414-2948/63/35>