

Научная статья | Original paper

## Феноменология скучания по умершему близкому в контексте различных типов утраты

М.В. Сапоровская ✉, А.С. Каменская

Костромской государственный университет, Кострома, Российская Федерация

✉ [saporov35@mail.ru](mailto:saporov35@mail.ru)

### Резюме

**Контекст и актуальность.** Исследование выполнено в рамках парадигмы «продолжающихся связей», сменившей модель «разрыва связей» в понимании горевания. В этом контексте работа обращается к изучению скучания по умершему близкому как феномену, занимающему пограничное положение между нормативным и патологическим течением горя. Основной теоретической задачей выступает терминологическая дифференциация деструктивной «тоски» как критерия пролонгированного горя и адаптивного «скучания», которое, сочетая болезненные переживания утраты с функцией сохранения связи, требует углубленного феноменологического анализа. **Цель.** Выявить и описать инвариантные и вариативные паттерны переживания скучания в контексте различных типов утраты (смерть по причине болезни, старости, несчастного случая / гибели). **Гипотеза.** Переживание скучания по умершему близкому человеку не является унитарным феноменом, а структурируется в устойчивые, поддающиеся идентификации феноменологические паттерны, специфика которых связана с типом утраты (причиной смерти). **Методы и материалы.** В исследовании приняли участие 105 человек (возраст  $M = 28,3$ ,  $SD = 7,69$ ). Критерием включения являлось наличие опыта утраты и актуального переживания скучания. Применялись глубинные полуструктурированные интервью, интерпретативный феноменологический и контент-анализ, статистическая обработка ( $\chi^2$ -Пирсона, Н-критерий Краскела–Уоллиса). **Результаты.** Ключевые различия между скучанием и тоской, выявленные в ходе анализа, лежат в сфере интенсивности аффекта, фокуса внимания (на прошлом или на экзистенциальной пустоте), функциональной направленности (адаптация или дезорганизация) и природы привязанности. Утрата вследствие болезни связана с эпизодическими острыми вспышками скучания, телесными проявлениями и потребностью в поддержке, при тенденции к снижению интенсивности во времени. Утрата по причине старости сопровождается фоновым, ситуационно обусловленным скучанием, акцентом на сохранении памяти о близком человеке и рефлексии ценности жизни. Несчастный случай ассоциируется с наиболее интенсивным и затяжным скучанием, специфическими телесными реакциями (ступор, мурашки), чувством личностной трансформации и отсутствием снижения интенсивности во времени. Наряду со спецификой, во всех группах выявлено инвариантное ядро феномена: домини-

рование грусти, когнитивная активность (воспоминания, мысленные обращения), контекстуальная обусловленность (триггеры), амбивалентность негативных и позитивных аспектов. **Выводы.** Эмпирически выявлены три феноменологических паттерна переживания скучания, связанных с обстоятельствами утраты: *волнообразный* (болезнь), *фоновый* (старость) и *дезорганизующий* (внезапная смерть). Установлена структурная неоднородность феномена, включающая инвариантное ядро и вариативные характеристики. Исследование подтверждает двойственную природу скучания, выступающего одновременно как ресурс адаптации и потенциальный источник тоски — дезадаптивного переживания, лишённого конструктивного потенциала.

**Ключевые слова:** скучание, тоска, утрата, горевание, причина смерти, феноменологический анализ, паттерны переживания, продолжающиеся связи, адаптация

**Финансирование.** Исследование проведено при финансовой поддержке РФФ, проект № 24-28-00896.

**Благодарности.** Авторы благодарят А.В. Лалетина за помощь в сборе данных для исследования.

**Для цитирования:** Сапоровская, М.В., Каменская, А.С. (2025). Феноменология скучания по умершему близкому в контексте различных типов утраты. *Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107. <https://doi.org/10.17759/cpse.2025140406>

## The phenomenology of missing a deceased loved one in the context of different types of loss

M.V. Saporovskaya ✉, A.S. Kamenskaya  
Kostroma State University, Kostroma, Russian Federation  
✉ saporov35@mail.ru

### Abstract

**Context and relevance.** This study is situated within the framework of “continuing bonds”, which has replaced the “broken bonds” model in understanding grief. Within this paradigm, the current work addresses the phenomenon of missing a deceased loved one, which occupies an intermediate position between normal and pathological grieving processes. A key theoretical goal is to differentiate between the destructive “yearning” experience (a criterion for Prolonged Grief Disorder) and the adaptive “missing” process. While integrating the painful loss experience with the function of maintaining a connection, “missing” requires in-depth phenomenological analysis. **Objective.** To identify and characterize the invariant and varying patterns of experiencing missing a deceased loved one in the context of different types of loss (death due to illness, old age, or accident/violent death). **Hypothesis.** The experience of missing a deceased loved one is not a unitary phenomenon but is structured into stable, identifiable phenomenological patterns, each associated with a specific type of loss (cause of death). **Methods and materials.** The study involved 105 participants (mean age  $M = 28.3$ ,  $SD = 7.69$ ). The inclusion criteria were having experienced a loss and reporting a current experience of missing the deceased. The methodology comprised

in-depth semi-structured interviews, Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), content analysis, and statistical analysis (Pearson's  $\chi^2$ , Kruskal–Wallis H-test). **Results.** Key differences between missing and yearning lie in the domains of affective intensity, attention focus (past vs. existential void), functional direction (adaptation vs. disorganization), and attachment. Loss due to illness was associated with episodic, acute surges of missing, somatic symptoms, and need for support, alongside a tendency for the intensity to decrease over time. Loss due to old age was characterized by persistent, situationally conditioned background experience of missing, with emphasis on memory preservation and reflection on life value. Loss through accident was linked to the most intense and prolonged experience of missing, specific somatic reactions (numbness, goosebumps), sense of personal transformation, and absence of intensity reduction over time. Alongside these specific features, an invariant core of the phenomenon was identified across all groups: the dominance of sadness, cognitive activity (memories, mental conversations), contextual conditioning (triggers), and an ambivalence of negative and positive aspects. **Conclusions.** Three phenomenological patterns of experiencing missing, associated with the circumstances of loss, were empirically identified: wave-like pattern (illness), background pattern (old age), and disorganizing pattern (sudden death). The structural heterogeneity of the phenomenon has been established, comprising both an invariant core and variable characteristics. The study confirms the dual nature of missing, which functions simultaneously as a resource for adaptation and a potential source of yearning — a maladaptive experience devoid of constructive potential.

**Keywords:** missing, yearning, loss, grief, cause of death, phenomenological analysis, experience patterns, continuing bonds, adaptation

**Funding.** The study was conducted with the financial support of the Russian Science Foundation, project no. 24-28-00896.

**Acknowledgements.** The authors would like to express their gratitude to A.V. Laletin for his assistance in collecting data for this study.

**For citation:** Saporovskaya, M.V., Kamenskaya, A.S. (2025). The phenomenology of missing a deceased loved one in the context of different types of loss. *Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/cpse.2025140406>

## Введение

Актуальность настоящего исследования вызвана потребностью в углубленном концептуальном и эмпирическом анализе феномена «скучание» по умершему близкому — переживания, занимающего пограничное положение в континууме между нормативным и патологическим гореванием. В современной психологической науке данный термин не получил систематического осмысления, поскольку его вытеснили такие понятия, как «грусть», «печаль» и, что наиболее существенно, «тоска». Кроме того, усугубляет проблему устойчивая тенденция к семантической редукции, когда «скучание» ошибочно отождествляется с содержательно иным понятием «скука» — тягостным душевным состоянием, вызванным отсутствием или потерей

интереса к какому-либо делу, бездельем (Ильин, 2002). Указанная терминологическая неразграниченность актуализирует задачу построения четкой понятийной иерархии и определения места скучания в системе психологических дескрипторов горя.

Теоретический контекст исследования определяется парадигмальным сдвигом в танатопсихологии — переходом от модели «разрыва связей» к концепции «продолжающихся связей» (Klass, Silverman, Nickman, 1996).

В рамках этой новой парадигмы сохранение психологической связи с умершим рассматривается не как препятствие, а как потенциальный ресурс адаптации. Именно в этом контексте феномен скучания приобретает методологическую значимость как процесс, обеспечивающий поддержание и трансформацию связи с умершим, однако остающийся недостаточно изученным в своем структурном и функциональном своеобразии.

Поскольку утрата близкого представляет собой экзистенциально значимое событие, кардинально меняющее жизненный мир человека (Василюк, 1984; Worden, 2009), анализ спектра связанных с ней переживаний является крайне важным. В этом спектре скучание занимает особое положение: будучи естественным компонентом адаптивного горевания, оно может выполнять конструктивную функцию. Однако при определенных условиях скучание способно трансформироваться в тоску — дезадаптивное состояние, лишенное конструктивного потенциала и препятствующее интеграции утраты (Prigerson et al., 2021; Eisma, Boelen, Lenferink, 2020).

В связи с этим одной из главных задач работы является концептуальная дифференциация скучания и тоски — схожих, но не тождественных феноменов. С одной стороны, тоска представляет собой интенсивное, мучительное и деструктивное переживание, являющееся диагностическим критерием пролонгированного расстройства горя (Boelen, van den Bout, 2005; Prigerson et al., 2009). Ее характеризует комплекс дисфункциональных проявлений: стойкая потребность в воссоединении при фиксации на необратимости утраты, специфический аффект (чувство вины, фрустрация), навязчивые когниции, нарушения идентичности и дезадаптивные поведенческие паттерны (Shear et al., 2007). Клиническая значимость данной дифференциации становится особенно очевидной при анализе динамики горя, поскольку персистирующая тоска является установленным фактором риска развития его осложненных форм (Boelen, van den Bout, 2005; Maciejewski et al., 2016).

С другой стороны, в отличие от тоски, скучание понимается нами как амбивалентное переживание, выполняющее адаптивную функцию. Оно интегрирует не только негативные компоненты (боль утраты, печаль), но и позитивные аспекты: когнитивную активность (воспоминания, внутренние диалоги), функцию сохранения памяти и связи, а также личностное переосмысление утраты. Этот адаптивный потенциал находит подтверждение в исследованиях опыта скучания по романтическому партнеру, где оно рассматривается как функциональный процесс, связанный с приверженностью и поддержанием отношений (Le et al., 2010).

Таким образом, на основе теоретического обзора и концептуального анализа представляется возможным выделить следующие критерии дифференциации:

1. *Интенсивность и аффект.* Скучание (longing/missing) — когнитивно-эмоциональный процесс осознания отсутствия, имеющий волнообразный характер. Тоска (pining/yearning) — генерализованное и соматизированное переживание, сопровождающееся физическим страданием и создающее постоянный фон отчаяния.

2. *Фокус внимания.* Скучание обращено в прошлое, к позитивным моментам и ритуалам. Тоска представляет собой протест против настоящего и будущего, боль от осознания невозможной пустоты от утраты «близкого Другого», когда разрушается сама ткань повседневности (Køster, 2020).

3. *Функциональная роль.* Скучание способствует интеграции утраты через поиск новых форм связи. Тоска имеет дезорганизующий характер, фиксируя страдание и препятствуя адаптации.

4. *Связь с привязанностью.* Скучание основано на поиске утешения в воспоминаниях о безопасной привязанности. Тоска выражает тревогу разлучения в мучительном поиске утраченного объекта.

Таким образом, скучание представляет собой адаптивный компонент нормального горевания, отражающий процесс интеграции утраты. Однако при определенных условиях — чрезвычайной интенсивности, хронизации переживания, доминировании экзистенциальной пустоты — оно может трансформироваться в тоску, выступающую предиктором пролонгированного расстройства горя (PGD). В норме же тоска постепенно редуцируется, уступая место скучанию как форме принятия.

Динамика этой трансформации в значительной степени определяется обстоятельствами утраты, в частности, фактором ожидаемости или внезапности смерти. Именно поэтому фокус данного исследования смещен на выявление специфических феноменологических паттернов переживания скучания в контексте различных обстоятельств утраты (причин смерти).

Методологической основой выступает качественный подход в традиции феноменологической психологии с применением интерпретативного феноменологического анализа (IPA) для обработки эмпирических данных (Giorgi, 2009; Smith, Flower, Larkin, 2009).

Научная новизна работы заключается в последовательном позиционировании феномена скучания в рамках парадигмы «продолжающихся связей» не в качестве симптома незавершенного горя, а как адаптивного процесса, обеспечивающего поддержание и трансформацию связи с умершим. Следовательно, основной фокус направлен на выявление специфики феноменологии скучания в соотношении с типом утраты, определяемого причиной смерти.

*Проблемный вопрос* исследования — каковы универсальные (типичные конфигурации субъективного переживания) и специфичные феноменологические паттерны в опыте скучания по умершему близкому человеку, и как они варьируют в зависимости от типа утраты (причины смерти)?

## Материалы и методы

*Предметом* исследования выступают феноменологические паттерны (инвариативные и вариативные конфигурации субъективного переживания), конституирующие опыт скучания по умершему близкому человеку, а также их вариативность в зависимости от типа утраты (причины смерти).

*Цель* исследования — выявить и описать инвариативные и вариативные феноменологические паттерны переживания скучания по умершему, а также проанализировать их связь с различными типами утраты (причинами смерти). *Основная гипотеза* — предполагается, что переживание скучания по умершему близкому человеку не является унитарным феноменом, а структурируется в устойчивые, поддающиеся идентификации феноменологические паттерны

(например, волнообразный, триггерный, фоновый), специфика которых связана с типом утраты (причиной смерти).

Дизайн соответствует стандартам отчетности качественных исследований (SRQR), что обеспечивает его методологическую строгость и прозрачность.

### **Выборка**

В исследовании приняли участие 105 человек в возрасте от 20 до 41 года ( $M = 28,3$ ,  $SD = 7,69$ ), среди них 90 женщин (85,7%) и 15 мужчин (14,3%). Этот значительный половой дисбаланс выборки является существенным ограничением данного исследования. Критерием отбора участников являлось наличие в жизненном опыте утраты близкого человека и актуальное переживание скучания по нему (по субъективной оценке респондентов). При наличии в анамнезе нескольких утрат, респонденты были ориентированы на выбор одного близкого человека, по которому переживание скучания является наиболее значимым, и давать ответы применительно к этому опыту. С момента утраты близкого человека у респондентов прошло от одного года до 11 лет ( $M = 5,03$ ,  $SD = 3,59$ ).

В нашем исследовании были выделены три эмпирические группы в зависимости от причины смерти близкого человека:

1. С утратой по причине *болезни* столкнулись 48 респондентов (45,7%), среди них 39 женщин и 9 мужчин (средний возраст  $M = 27,7$ ). Наиболее распространенными причинами смерти близких указывались онкологические заболевания (25%), сердечно-сосудистые патологии (18,6%), COVID-19 (12,5%), а также иные болезни. Близкими людьми в данной эмпирической группе были прародитель (37,5%), родитель (31,25%), романтический партнер (18,8%) и сиблинг (12,5%).

2. Утрата близкого человека по причине *старости* произошла у 24 респондентов (22,9%), среди них 21 женщина и 3 мужчины (средний возраст  $M = 25,6$ ). Близкими людьми в данной эмпирической группе были прародитель (75%) и родитель (25%).

3. Утрата близкого человека в связи с *несчастным случаем* (гибель при пожаре, ДТП со смертельным исходом, случайное утопление) случилась у 33 респондентов (31,4%), среди них 30 женщин и 3 мужчины (средний возраст  $M = 31,2$ ). Близкими людьми в данной эмпирической группе были прародитель (27%), родитель (27%), романтический партнер (27%) и сиблинг (18%).

Проведение сопоставительного анализа феноменологических паттернов скучания по умершему между разновеликими группами методически обосновано, поскольку статистическое сравнение выполнено с помощью критерия  $\chi^2$ -Пирсона, который демонстрирует робастность к умеренной несбалансированности выборок. Участники исследования были привлечены посредством размещения объявлений в социальных сетях. Исследование проводилось очно индивидуально с каждым респондентом.

### **Процедура исследования**

Перед началом исследования все респонденты предоставили информированное согласие, гарантирующее добровольность участия, право на прекращение участия на любом этапе, конфиденциальность и использование данных исключительно в научных целях. С каждым участником исследования было проведено одно глубинное полуструктурированное интервью. Средняя продолжительность работы составляла от 40 до 60 минут. Записи ответов были до-

словно транскрибированы и подвергнуты детальному анализу с целью выявления универсальных и специфичных феноменологических паттернов, отражающих индивидуальные системы переживания утраты. Анализ проводился с акцентом на интерпретацию смысловых значений, которые участники придают своим переживаниям. Интервью, разработанное авторами, включало восемь тематических блоков: 1) обстоятельства утраты; 2) тип отношений; 3) феноменология скучания; 4) интенсивность переживания; 5) влияние на жизнь; 6) динамика переживаний; 7) копинг-стратегии; 8) позитивные и негативные аспекты скучания.

Транскрибированные тексты подверглись многоуровневому анализу. Качественный анализ включал: контент-анализ по Майрингу (Mayring, 2014), тематический анализ по В. Браун и В. Кларк (Braun, Clarke, 2006), а также структурный анализ представлений по Ж-К. Абрику (Abric, 2005). Количественный анализ включал: лексико-семантический анализ (лемматизация, частотный анализ, выявление семантических полей) и статистическую проверку значимости различий между группами в SPSS Statistics 22.0 с использованием критериев  $\chi^2$ -Пирсона и Н-критерия Краскела-Уоллиса ( $p \leq 0,05$ ). Надежность результатов обеспечивалась межкодирующей согласованностью ( $\kappa = 0,82$ ) и процедурой верификации выводов с участниками исследования. Ядерные компоненты переживаний выделялись на основе частотного критерия ( $>40\%$  упоминаний), периферийные — через анализ значимых межгрупповых различий.

## Результаты

Проведенный анализ с применением методов математической статистики позволил выявить статистически значимые различия в переживании скучания в зависимости от причины смерти близкого человека. Ключевые результаты систематизированы и представлены в таблице.

Таблица / Table

### Результаты сравнительного анализа содержательных характеристик скучания в соотнесении с причиной смерти близкого человека Results of the comparative analysis of substantive aspects of longing/missing in relation to the cause of a significant other's death

	Утрата из-за болезни / Loss due to illness	Утрата из-за старости / Loss due to old age	Утрата из-за несчастного случая / Loss due to accident	Значение $\chi^2$	p-level
N	48	24	33		
Средний возраст	27,7	25,6	31,2		
Какие эмоции Вы испытываете, когда скучаете по умершему близкому человеку? (%) What emotions do you experience when you missing for a deceased loved one? (%)					
Боль / Anguish	6,3	25	18,2	-	-
Грусть / Sadness	62,5	37,5	27,3	10,625	0,005
Тоска / Longing	37,5	37,5	18,2	-	-
Опустошение / Emptiness	25	12,5	0	10,063	0,007
Сожаление / Regret	6,3	37,5	36,4	13,84	0,001

Сапоровская М.В., Каменская А.С. (2025).  
Феноменология скучания по умершему близкому  
в контексте различных типов утраты.  
*Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107.

Saporovskaya M.V., Kamenskaya A.S. (2025).  
The phenomenology of missing a deceased loved one  
in the context of different types of loss.  
*Clinical Psychology and Special Education*, 14(4), 90—107.

	Утрата из-за болезни / Loss due to illness	Утрата из-за старости / Loss due to old age	Утрата из-за несчастливого случая / Loss due to accident	Значение $\chi^2$	p-level
<i>В какие моменты Вы ощущаете особенно сильное скучание по нему? (%)</i> <i>At what moments do you feel the most intense missing for him/her? (%)</i>					
Воспоминания / Memories	12,5	25	36,4	6,397	0,041
По-разному / Differently	18,8	0	9,1	-	-
В дни памяти / On memorial days	6,3	0	0	-	-
В значимые моменты / During significant moments	12,5	12,5	0	-	-
Когда нужна поддержка / When I need support	25	12,5	18,2	-	-
Когда остаюсь одна/один / When I'm alone	6,3	0	18,2	6,469	0,039
Вещи, места, разговоры / Things, places, conversations	43,8	75	63,6	7,209	0,27
Другие похожие люди / Other people who are similar	6,3	0	9,1	-	-
<i>Как именно протекает скучание? (%)</i> <i>Can you describe how you experience this feeling of missing? (%)</i>					
Острые приступы, время от времени / Acute, episodic bouts	31,3	0	9,1	15,646	0,004
Постоянное фоновое чувство / A persistent sense of background longing	12,5	25	9,1	15,646	0,004
Преимущественно в конкретных ситуациях / Primarily triggered by specific situations	56,3	75	81,8	15,646	0,004
<i>Опишите, пожалуйста, как именно Вы ощущаете скучание по этому человеку. Как оно проявляется? Какие чувства и телесные ощущения Вы при этом испытываете? (%)</i> <i>Please describe what the experience of missing this person is like for you. How does it manifest? What feelings and bodily sensations do you have when you feel it? (%)</i>					
Грусть/тоска / Sadness	43,8	50	18,2	7,679	0,022
Слезы/плач / Tears / Crying	6,3	25	18,2	-	-
Вина/сожаление / Guilt / Regret	6,3	25	9,1	-	-
Эмоциональные реакции / Emotional reactions	43,8	62,5	45,5	-	-
Ком в горле / Lump in the throat	6,3	25	9,1	-	-
Тяжесть/щемит в груди / Heaviness / tightness in the chest	6,3	12,5	18,2	-	-
Мурашки/ступор / Goosebumps / Stupor	0	0	18,2	13,884	0,001



Сапоровская М.В., Каменская А.С. (2025).  
Феноменология скучания по умершему близкому  
в контексте различных типов утраты.  
*Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107.

Saporovskaya M.V., Kamenskaya A.S. (2025).  
The phenomenology of missing a deceased loved one  
in the context of different types of loss.  
*Clinical Psychology and Special Education*, 14(4), 90—107.

	Утрата из-за болезни / Loss due to illness	Утрата из-за старости / Loss due to old age	Утрата из-за несчастливого случая / Loss due to accident	Значение $\chi^2$	p-level
Телесных ощущений нет / No bodily sensations	12,5	37,5	36,4	8,092	0,01
Образы прошлого/ воспоминания / Images of the past / memories	31,3	37,5	27,3	-	-
Мысленное обращение / Mental conversations	12,5	12,5	9,1	-	-
Ощущение нехватки / Sense of loss	25	0	0	16,089	0,00
Потребность в контакте и поддержке / Need for connection and support	25	12,5	0	10,063	0,007
Погружение в себя / депрессивные состояния / Withdrawal into oneself / depressive states	6,3	0	0	-	-
<i>Как чувство скучания отражается на Вашей повседневной жизни? (%)</i> <i>How does the feeling of missing affect your daily life? (%)</i>					
Никак / Not at all	2,5	87,5	18,2	-	-
Влияет на настроение / It affects my mood	6,3	12,5	18,2	-	-
Не хватает общения / I miss the communication	18,8	0	18,2	49,428	
Не могу делать домашние дела / I can't do household chores	12,5	0	9,1	-	-
Не остаюсь одна / I avoid being alone	0	0	9,1	-	-
Переосмысление жизни / Re-evaluating life	0	0	27,3	-	-
<i>Как переживание скучания изменилось со времени утраты? (%)</i> <i>How has the experience of missing changed since the loss? (%)</i>					
Стало проще / It has become easier	81,3	75	36,4	18,678	0
Не изменилось ничего, так же сильно скучаю / Nothing has changed, I miss him/her just as much	18,8	25	54,5	12,223	0,002
<i>Как это переживание повлияло на Ваше восприятие жизни и мира вокруг? (%)</i> <i>How has this experience influenced your perception of life and the world around you? (%)</i>					
Никак / Not at all	37,5	25	18,2	-	-
Ценность жизни и отношений, времени / Appreciating the value of life, relationships, and time	18,8	75	45,5	21,69	0
Принятие конечности жизни / Acceptance of life's finitude	12,5	0	9,1	-	-
Страх утраты / Fear of loss	6,3	0	0	-	-

	Утрата из-за болезни / Loss due to illness	Утрата из-за старости / Loss due to old age	Утрата из-за несчастливого случая / Loss due to accident	Значение $\chi^2$	p-level
Я изменился / I have changed	25	0	27,3	7,841	0,02
<i>Как Вы справляетесь с этим чувством? Что Вам помогает отвлечься? (%)</i> <i>How do you cope with this feeling? What helps you to distract yourself? (%)</i>					
Работа / Work	37,5	12,5	36,4	-	-
Религия / Religion	6,3	25	9,1	-	-
Семья, общение / Family, socializing	25	12,5	36,4	-	-
Принятие / Acceptance	18,8	25	27,3	-	-
Переключение / Distraction	25	25	27,3	-	-
<i>Можете ли Вы выделить положительные стороны переживания скучания по умершему? Какие именно? (%)</i> <i>Can you identify any positive aspects of missing for the deceased? What are they? (%)</i>					
Не знаю / I don't know	37,5	25	45,5	-	-
Память о человеке / The memory of the person	31,3	62,5	27,3	8,701	0,013
Ты меняешься / You change	18,8	12,5	27,3	-	-
<i>Можете ли Вы выделить негативные стороны переживания скучания по умершему? Какие именно? (%)</i> <i>Can you identify any negative aspects of missing for the deceased? What are they? (%)</i>					
Боль, печаль, грусть / Anguish, sorrow, sadness	56,3	37,5	18,2	11,889	0,003
Нет / No	18,8	37,5	63,6	16,878	0
Пагубные привычки / Destructive habits	0	12,5	0	10,423	0,005
Плохое настроение / Bad mood	37,5	12,5	18,32	6,664	0,036

*Примечание:* Респонденты могли выбрать несколько вариантов ответа, поэтому сумма процентов может превышать 100%.

*Note:* Respondents were allowed to select multiple answers, so the percentages may add up to more than 100%

В исследовании были выявлены значимые различия в содержательных характеристиках переживания скучания по умершему близкому человеку в зависимости от причины его смерти. Статистически значимые различия выявлены по ряду когнитивных, эмоциональных, телесных и поведенческих проявлений.

Чувство грусти значимо чаще отмечали респонденты, потерявшие близких вследствие болезни ( $\chi^2 = 10,625$ ,  $p = 0,005$ ). В то же время сожаление преобладало в группах утраты по причине старости и несчастного случая ( $\chi^2 = 13,84$ ,  $p = 0,001$ ). Опустошение чаще отмечали участники, столкнувшиеся со смертью от болезни ( $\chi^2 = 10,063$ ,  $p = 0,007$ ).

Скучание, возникающее особенно сильно при воспоминаниях, чаще описывали респонденты, потерявшие близких в результате несчастного случая ( $\chi^2 = 6,397$ ,  $p = 0,041$ ). Также значимыми оказались различия по ситуации «когда остаюсь одна/один», наиболее характерной для этой же группы ( $\chi^2 = 6,469$ ,  $p = 0,039$ ).

Существенные различия выявлены в способе переживания скучания ( $\chi^2 = 15,646$ ,  $p = 0,004$ ). Утрата в результате болезни ассоциировалась с острыми эпизодическими приступами скучания. Утрата по причине старости или несчастного случая чаще переживалась как фоновое или ситуационное состояние.

Восприятие изменения интенсивности скучания со временем также различалось в зависимости от причины утраты ( $\chi^2 = 18,678$ ,  $p < 0,001$ ). Преобладание утверждения «стало проще» было характерно для группы утраты в связи с болезнью и старостью, в то время как участники, потерявшие близкого в результате несчастного случая, чаще указывали, что интенсивность не изменилась ( $\chi^2 = 12,223$ ,  $p = 0,002$ ).

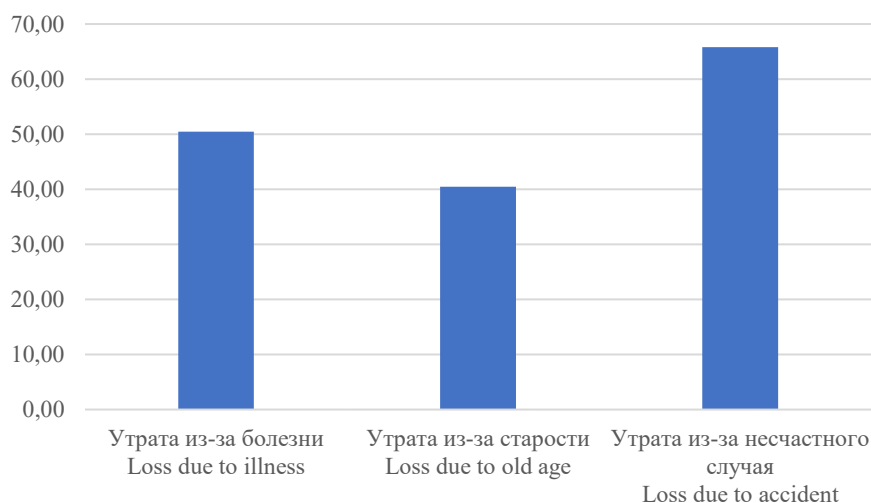
Особенно значимыми оказались различия в трансформации жизненных установок. Ценность жизни и отношений чаще подчеркивалась респондентами, потерявшими близких от старости ( $\chi^2 = 21,69$ ,  $p < 0,001$ ). В то же время чувство личностных изменений («я изменился») характерно для группы утраты в результате несчастного случая ( $\chi^2 = 7,841$ ,  $p = 0,02$ ).

Позитивным аспектом переживания скучания, чаще отмечаемым в группе «Смерть из-за старости», была память о человеке ( $\chi^2 = 8,701$ ,  $p = 0,013$ ).

Утрата в результате несчастного случая чаще сопровождалась телесными ощущениями (например, ступором, мурашками), в отличие от других групп ( $\chi^2 = 13,884$ ,  $p = 0,001$ ). При этом отсутствие телесных реакций чаще фиксировалось в группе утраты от старости ( $\chi^2 = 8,092$ ,  $p = 0,017$ ). Ком в горле и слезы также чаще встречались в этой группе.

Потребность в контакте и поддержке ( $\chi^2 = 10,063$ ,  $p = 0,007$ ) и ощущение нехватки ( $\chi^2 = 16,089$ ,  $p < 0,001$ ) были особенно выражены в группе утраты по причине болезни.

Далее мы проанализировали, есть ли различия в интенсивности переживания скучания у людей, чьи близкие умерли по разным причинам. Результаты сравнительного анализа представлены на рисунке.



**Рис.** Сравнительный анализ интенсивности переживания скучания по близкому в зависимости от причины его смерти, средний ранг (H-критерий Краскела–Уоллиса)

**Fig.** A comparative analysis of the intensity of missing a deceased loved one based on the cause of death, average rank (H-Kruskal–Wallis criterion)

Сравнительный анализ показал, что интенсивность переживания скучания по умершему близкому человеку значимо различается в зависимости от причины утраты (Н-критерий Краскела–Уоллиса = 11,043,  $p = 0,004$ ).

Наименьший уровень интенсивности скучания наблюдается в случае смерти близкого по причине старости (40,44). Это может быть связано с большей предсказуемостью подобной утраты и ее восприятием как части естественного жизненного цикла, что способствует более мягкой интеграции утраты в жизненный опыт.

В ситуации утраты вследствие болезни интенсивность скучания выше, чем при старости, что отражает более травматичный характер данной формы потери. Наличие периода болезни, формируя феномен предвосхищающего горя, вносит сложность и амбивалентность в эмоциональный опыт. Этот опыт характеризуется внутренним конфликтом между надеждой и принятием неизбежного и не гарантирует смягчения пост-утратного периода, а в некоторых случаях может усложнять его (Баканова, Донгак, 2025; Li et al., 2022). Качественные исследования подчеркивают необходимость изучения этого многогранного и амбивалентного переживания (Fee et al., 2023).

Максимальная выраженность скучания зафиксирована у респондентов, переживших утрату вследствие несчастного случая (65,82). Внезапность и непредсказуемость подобной смерти усиливают эмоциональный отклик, что приводит к более высоким показателям интенсивности скучания. Вероятно, в данном случае переживание скучания приобретает хронический и затяжной характер, трансформируется в тоску.

### Обсуждение результатов

Полученные результаты позволяют интерпретировать выявленные закономерности и предложить теоретическое объяснение специфики переживания скучания в зависимости от типа утраты.

При утрате вследствие болезни скучание имеет ярко выраженную эмоциональную насыщенность: респонденты чаще испытывают грусть, тоску, опустошение и эпизодические острые приступы скучания. Это состояние сопровождается телесными проявлениями (например, «ком в горле», «тяжесть в груди») и выраженной потребностью в поддержке и контакте. Вместе с тем с течением времени респонденты чаще отмечают уменьшение интенсивности переживания. Вероятно, этот процесс может быть связан с феноменом *предвосхищающего горя*, который, как показано в исследованиях, может развиваться в период неизлечимой болезни близкого, инициируя процессы эмоционального принятия неотвратимой утраты еще до ее фактического наступления (Баканова, Донгак, 2025).

При утрате по причине старости скучание чаще носит фоновый, устойчивый характер, проявляется преимущественно в конкретных ситуациях (вещи, места, образы прошлого), а также сопровождается рефлексией ценности жизни, времени и отношений. Телесные проявления выражены умеренно, а эмоциональные переживания смещены в сторону принятия и сохранения памяти о человеке. В данном контексте можно предположить влияние социально-возрастных норм: смерть в старости воспринимается как более закономерное событие в жизненном цикле, что может влиять на переживание утраты, хотя и не отменяет его глубины и индивидуальных траекторий горя (Козырева, Николаева, 2023). Общая специфика переживания утраты, связан-

ная с трансформацией образа мира личности и поиском новых смыслов в изменившейся реальности, также отражена в современных психологических исследованиях (Кононова, Костромина, 2023).

Утрата в результате несчастного случая ассоциируется с наиболее дезорганизирующим типом скучания. Для этой группы характерны специфические телесные реакции («ступор», «мурашки»), повышенная когнитивная вовлеченность (воспоминания, образы прошлого), а также чувство внутренней трансформации («я изменился»). Вероятно, внезапность и трагичность утраты затрудняет интеграцию опыта потери, что делает скучание затяжным и тяжелым, с существенным риском трансформации в тоску. Участники чаще отмечают, что интенсивность переживания не снижается со временем, и реже могут назвать положительные аспекты этого состояния.

Причины утраты связаны с эмоциональным профилем скучания. После продолжительной болезни скучание пронизано болью и грустью, отражая процесс адаптации, тогда как после внезапной гибели негативные аспекты часто отрицаются, что указывает на работу защитных механизмов.

Несмотря на различия, связанные с причиной утраты, переживание скучания по умершему близкому человеку обладает рядом инвариантных характеристик, сохраняющихся во всех группах.

Прежде всего, доминирующей эмоциональной реакцией при скучании является грусть, которая фигурирует как наиболее универсальное чувство утраты, отражающее эмоциональную связь и значимость отношений с ушедшим человеком. Практически все участники — независимо от причины смерти — упоминают о возникающих воспоминаниях, образах прошлого, мысленных обращениях к умершему, что свидетельствует о когнитивной активности и ментальном присутствии покойного в жизни переживающего.

Скучание преимущественно проявляется в ситуациях конкретных триггеров — во взаимодействии с вещами, местами, событиями, связанными с умершим. Это указывает на контекстуальную обусловленность переживания, возникающего при активации памяти и значимых ассоциаций.

Также вне зависимости от причины смерти респонденты отмечают, что переживание скучания способствовало личностному переосмыслению — будь то принятие конечности жизни, осознание ценности отношений, или внутренние трансформации. Это позволяет рассматривать скучание как не только деструктивное, но и потенциально развивающее состояние.

Позитивный аспект скучания — сохранение памяти о человеке — упоминается во всех подгруппах, что подчеркивает его роль как важного механизма продолжения эмоциональной связи с умершим. Одновременно негативные проявления (боль, печаль, упадок сил) также фиксируются у респондентов вне зависимости от причины смерти, демонстрируя эмоциональную амбивалентность этого феномена.

## Заключение

Проведенное исследование позволяет сформулировать обобщение, подтверждающее и уточняющее исходную гипотезу. Скучание по умершему близкому действительно не является унитарным феноменом, а структурируется в устойчивые феноменологические паттерны переживания, специфика которых связана с типом утраты (причиной смерти).

Эмпирически идентифицированы три отчетливых паттерна, соотнесенных с обстоятельствами утраты:

1. *Волнообразный (эпизодически-острый) паттерн*, ассоциированный с утратой вследствие болезни, характеризуется яркой эмоциональной насыщенностью (грусть, опустошение) и телесными проявлениями на фоне тенденции к снижению интенсивности переживания со временем.
2. *Фоновый (устойчиво-ситуационный) паттерн*, связанный с утратой по причине старости, отличается меньшей травматичностью, смещением в сторону рефлексии и сохранения памяти, что отражает нормативность такой утраты.
3. *Дезорганизующий (затяжной) паттерн*, характерный для утраты в результате несчастного случая, проявляется в стабильно высокой интенсивности скучания, специфических телесных реакциях и чувстве личностной трансформации, что обусловлено внезапностью и трагичностью события.

Наряду со спецификой, исследование выявило *инвариантное ядро* феномена скучания, универсальное для всех типов утраты. Это ядро образуют: доминирующая эмоция грусти, когнитивная активность (воспоминания, мысленные обращения), контекстуальная обусловленность (триггеры), а также амбивалентность, сочетающая негативные переживания (боль, печаль) с позитивным аспектом сохранения памяти и личностным переосмыслением.

Таким образом, скучание по умершему близкому человеку представляет собой интегральное переживание, сочетающее эмоциональную боль, память об умершем, потребность в сохранении связи и личностную рефлексию, и обладает рядом устойчивых черт, не зависящих от обстоятельств утраты.

Проведенное исследование открывает несколько перспективных направлений для дальнейшей работы. В первую очередь, полученные данные создают теоретическую основу для разработки валидного диагностического инструментария, позволяющего надежно дифференцировать адаптивное скучание и дезадаптивную тоску в клинической практике. Во-вторых, выявленные феноменологические паттерны обуславливают необходимость лонгитюдных исследований для определения конкретных психологических и социальных факторов, определяющих трансформацию скучания в тоску или способствующих его адаптивной интеграции. Для верификации и обобщения выводов требуются дальнейшие эмпирические исследования на репрезентативных выборках с учетом таких значимых переменных, как тип привязанности, характер отношений с умершим и уровень социальной поддержки, что в перспективе позволит создать многомерную модель переживания утраты.

**Ограничения.** Данное исследование имеет ряд ограничений, ключевым из которых является существенный половой дисбаланс выборки (85,7% женщин и 14,3% мужчин), что не позволяет в полной мере экстраполировать выводы на мужскую популяцию и может влиять на общую картину выявленных паттернов переживания. Другим важным ограничением выступает объем и структура выборки, которые не позволили провести статистически надежный анализ вариативности переживаний в зависимости от таких потенциально значимых факторов, как тип близких отношений с умершим, время, прошедшее с момента утраты, и возраст респондента на момент потери, поскольку малочисленность подгрупп при кросс-табуляции не дала возможности выявить по этим параметрам значимые различия. Кроме того, способ формирования выборки путем добровольного набора через социальные сети мог привести к ее смещению в сторону более открытых и, возможно, специфически переживающих горе людей,

что ограничивает генерализацию результатов на все группы населения, включая людей старшего возраста.

**Limitations.** This study has several limitations, the main one being a significant gender imbalance in the sample (85.7% women and 14.3% men), which prevents us from fully extrapolating the conclusions to male populations and may affect the overall pattern of identified experiences. Another important limitation is the size and structure of the sample, which prevented a statistically reliable analysis of variations in experiences depending on factors such as the type of relationship with the deceased, time since the loss and age of the respondent at time of loss, as the small number of subgroups prevented identifying significant differences in these parameters. In addition, the way the sample was formed through voluntary recruitment via social networks could lead to bias towards more open-minded and, potentially, specifically grief-stricken individuals, which limits generalization of results for all population groups, including older adults.

## Список источников / References

1. Баканова, А.А., Донгак, Ч.Ш. (2025). Феноменология переживания предвосхищающего горя у родственников тяжелобольных пациентов. *Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена*, 215, 157—168. <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2025-215-157-168>  
Bakanova, A.A., Dongak, Ch.Sh. (2025). Phenomenology of the experience of anticipatory grief in relatives of seriously ill patients. *Izvestia: Herzen University Journal of Humanities & Sciences*, 215, 157—168. (In Russ.). <https://doi.org/10.33910/1992-6464-2025-215-157-168>
2. Василюк, Ф.Е. (1984). *Психология переживания*. М.: Издательство Московского университета.  
Vasilyuk, F.E. (1984). *Psychology of experience*. Moscow: Publishing house of Moscow University. (In Russ.).
3. Ильин, Е.П. (2002). *Мотивация и мотивы*. СПб.: Питер.  
Ilyin, E.P. (2002). *Motivation and motives*. Saint-Petersburg: Piter. (In Russ.).
4. Козырева, В.В., Николаева, О.Ю. (2023). Особенности переживания утраты супруга женщинами разных возрастных категорий. *Вестник университета*, 3, 195—200. <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2023-3-195-200>  
Kozyreva, V.V., Nikolaeva, O.Yu. (2023). On the peculiarities of experiencing the loss of a spouse by women of different age categories. *Vestnik Universiteta*, 3, 195—200. (In Russ.). <https://doi.org/10.26425/1816-4277-2023-3-195-200>
5. Кононова, А.И., Костромина, С.Н. (2023). Образ мира личности в ситуации переживания утраты близкого человека. *Вестник РГГУ. Серия «Психология. Педагогика. Образование»*, 2, 31—54. <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2023-2-31-54>  
Kononova, A.I., Kostromina, S.N. (2023). The image of the personality's world in the situation of experiencing the loss of a loved one. *RSUH/RGGU Bulletin. "Psychology. Pedagogics. Education" Series*, 2, 31—54. (In Russ.). <https://doi.org/10.28995/2073-6398-2023-2-31-54>
6. Abric, J.C. (2005). La recherche du noyau central et la zone muette des representations sociales. In: J.C. Abric (Ed.), *Méthodes d'études des representations sociales* (pp. 59—80). Èrès. <https://doi.org/10.3917/eres.abric.2003.01.0059>

7. Boelen, P.A., van den Bout, J. (2005). Complicated grief, depression, and anxiety as distinct post-loss syndromes: A confirmatory factor analysis study. *The American Journal of Psychiatry*, 162(11), 2175—2177. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.11.2175>
8. Braun, V., Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77—101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
9. Eisma, M.C., Boelen, P.A., Lenferink, L.I.M. (2020). Prolonged grief disorder following the Coronavirus (COVID-19) pandemic. *Psychiatry Research*, 288, art. 113031. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113031>
10. Fee, A., Hanna, J., Hasson, F. (2023). Pre-loss grief experiences of adults when someone important to them is at end-of-life: A qualitative systematic review. *Death Studies*, 47(1), 30—44. <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1998935>
11. Giorgi, A. (2009). *The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach*. Duquesne University Press.
12. Klass, D., Silverman, P.R., Nickman, S.L. (Eds.). (1996). *Continuing bonds: New understandings of grief*. Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9781315800790>
13. Køster, A. (2020). Bereavement and the meaning of profound feelings of emptiness: An existential-phenomenological analysis. In: C. Tewes, G. Stanghellini (Eds.), *Time and body: Phenomenological and psychopathological approaches* (pp. 125—143). Cambridge University Press.
14. Le, B., Korn, M.S., Crockett, E.E., Loving, T.J. (2010). Missing you maintains us: Missing a romantic partner, commitment, relationship maintenance, and physical infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 28(5), 653—667. <https://doi.org/10.1177/0265407510384898>
15. Li, J., Sun, D., Zhang, X., Zhao, L., Zhang, Y., Wang, H., Ni, N., Jiang, G. (2022). The relationship between anticipatory grief and illness uncertainty among Chinese family caregivers of patients with advanced lung cancer: A cross-sectional study. *BMC Palliative Care*, 21, art. 30. <https://doi.org/10.1186/s12904-022-00925-4>
16. Maciejewski, P.K., Maercker, A., Boelen, P.A., Prigerson, H.G. (2016). “Prolonged grief disorder” and “persistent complex bereavement disorder”, but not “complicated grief”, are one and the same diagnostic entity: An analysis of data from the Yale Bereavement Study. *World Psychiatry*, 15(3), 266—275. <https://doi.org/10.1002/wps.20348>
17. Mayring, P. (2014). *Qualitative content analysis: theoretical foundation, basic procedures and software solution*. Klagenfurt. URL: <https://qualitative-content-analysis.org/wp-content/uploads/Mayring2014QualitativeContentAnalysis.pdf> (Accessed: 28.11.2025).
18. Prigerson, H.G., Horowitz, M.J., Jacobs, S.C., Parkes, C.M., Aslan, M., Goodkin, K., Raphael, B., Marwit, S.J., Wortman, C., Neimeyer, R.A., Bonanno, G., Block, S.D., Kissane, D., Boelen, P., Maercker, A., Litz, B.T., Johnson, J.G., First, M.B., Maciejewski, P.K. (2009). Prolonged grief disorder: Psychometric validation of criteria proposed for DSM-V and ICD-11. *PLOS Medicine*, 6(8), art. e1000121. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000121>
19. Prigerson, H.G., Boelen, P.A., Xu, J., Smith, K.V., Maciejewski, P.K. (2021). Validation of the new DSM-5-TR criteria for prolonged grief disorder and the PG-13-Revised (PG-13-R) scale. *World Psychiatry*, 20(1), 96—106. <https://doi.org/10.1002/wps.20823>
20. Shear, K., Monk, T., Houck, P., Melhem, N., Frank, E., Reynolds, C., Sillowash, R. (2007). An attachment-based model of complicated grief including the role of avoidance. *European Archives*



Сапоровская М.В., Каменская А.С. (2025).  
Феноменология скучания по умершему близкому  
в контексте различных типов утраты.  
*Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107.

Saporovskaya M.V., Kamenskaya A.S. (2025).  
The phenomenology of missing a deceased loved one  
in the context of different types of loss.  
*Clinical Psychology and Special Education*, 14(4), 90—107.

*of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 257(8), 453—461. <https://doi.org/10.1007/s00406-007-0745-z>

21. Smith, J.A., Flower, P., Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. Sage Publications.
22. Worden, J.W. (2009). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner*. 4<sup>th</sup> ed. Springer Publishing Company.

## Информация об авторах

Мария Вячеславовна Сапоровская, доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой общей и социальной психологии, Костромской государственный университет (ФГБОУ ВО КГУ), г. Кострома, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>, e-mail: [saporov35@mail.ru](mailto:saporov35@mail.ru)

Анна Сергеевна Каменская, магистр, младший научный сотрудник, ассистент кафедры общей и социальной психологии, Костромской государственный университет (ФГБОУ ВО КГУ), г. Кострома, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6648-6339>, e-mail: [annakam44@mail.ru](mailto:annakam44@mail.ru)

## Information about the authors

Maria V. Saporovskaya, Doctor of Science (Psychology), Associate Professor, Head of the Department of General and Social Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0852-1949>, e-mail: [saporov35@mail.ru](mailto:saporov35@mail.ru)

Anna S. Kamenskaya, Master's Degree, Junior Research Fellow, Assistant of the Department of General and Social Psychology, Kostroma State University, Kostroma, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6648-6339>, e-mail: [annakam44@mail.ru](mailto:annakam44@mail.ru)

## Вклад авторов

Сапоровская М.В. — идея и дизайн исследования, контроль за проведением исследования, анализ и интерпретация данных, подготовка рукописи и ее критический пересмотр в части значимого интеллектуального содержания.

Каменская А.С. — анализ и интерпретация данных, подготовка статьи, финальная работа с текстом.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи

## Contribution of the authors

Maria V. Saporovskaya — research concept and design, study supervision, data analysis and interpretation, manuscript drafting and critical revision for important intellectual content.

Anna S. Kamenskaya — data analysis and interpretation, manuscript drafting, and final text preparation.

All authors discussed the results and approved the final version of the manuscript.

Сапоровская М.В., Каменская А.С. (2025).  
Феноменология скучания по умершему близкому  
в контексте различных типов утраты.  
*Клиническая и специальная психология*, 14(4), 90—107.

Saporovskaya M.V., Kamenskaya A.S. (2025).  
The phenomenology of missing a deceased loved one  
in the context of different types of loss.  
*Clinical Psychology and Special Education*, 14(4), 90—107.

### **Конфликт интересов**

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

### **Conflict of interest**

The authors declare no conflict of interest.

### **Декларация об этике**

Исследование было рассмотрено и одобрено Этическим комитетом ФГБОУ ВО «Костромской государственный университет» (протокол № 1 от 02.10.2025 г.).

### **Ethics statement**

The study was reviewed and approved by the Ethics Committee of Kostroma State University of Psychology and Education (report no.1, 2025/02/10).

Поступила в редакцию 30.09.2025  
Поступила после рецензирования 18.12.2025  
Принята к публикации 18.12.2025  
Опубликована 30.12.2025

Received 2025.09.30  
Revised 2025.12.18  
Accepted 2025.12.18  
Published 2025.12.30