

УДК 159.99

## **Феномен смерти как смыслообразующая детерминанта развития личности**

**Полина Р. Дмитриева**

аспирант,

Южный федеральный университет,

ул. Большая Садовая, 105/42, Ростов-на-Дону, 344006

E-mail: [misspolls@gmail.com](mailto:misspolls@gmail.com)

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-4590-2089>

### **Аннотация**

В статье описан феномен смерти как важная детерминанта развития личности, отношение к которой влияет на процессы осмысления жизни человеком. В статье рассмотрены различные подходы к описанию отношения к смерти и две основные исследовательские позиции: теория управления страхом смерти и теория управления смыслом и принятия смерти. Наиболее разработанной является первая из них, закрепляющая за личностью страх как основной тип отношения к смерти, присущий каждому человеку. Новизна исследования состоит в описании эволюции отношения к смерти на протяжении последнего столетия и дискуссии о самом термине «страх смерти» в контексте изменений, произошедших в обществе, в частности, с развитием средств массовой коммуникации, поскольку данная терминология обусловливает исследовательскую традицию и исходит из аксиомы, что всем людям присущ страх смерти. В статье описаны современные тенденции к исследованию восприятия и отношения к смерти в различных науках в России и за рубежом. В частности, речь идет о необходимости смещения ракурса исследований отношения к смерти в контексте ситуации болезни и риска для жизни и здоровья человека и его близких на возможность рефлексии отношения к смерти и преобразования ее в фактор переосмысления жизни не только и не столько в экстренных ситуациях, сколько в психологически устойчивом периоде жизни человека. В статье приведены примеры зарубежных исследований, показывающих положительное влияние осознания смерти на уровень ее принятия, и, как следствие, уровень отрефлексированности смыслов жизни и смерти.

### **Ключевые слова**

смерть, death studies, страх смерти, тревога по поводу смерти, паллиативная психотерапия, «пробуждающие переживания»

## Phenomenon of death as a sensemaking determinant of development of person

Polina R. Dmitrieva

postgraduate,

Southern Federal University,

105/42 Bolshaya Sadovaya st., Rostov-on-Don, 344006

E-mail: [misspolls@gmail.com](mailto:misspolls@gmail.com)

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-4590-2089>

### Abstract

An article describes the phenomenon of death as an important determinant of personal development, which influences on the processes of comprehension of life by human. The article contains different approaches to study the relation to death and two main exploratory positions, which are the theory of management of fear of death and the theory of management of sense and acceptance of death. The first one is more elaborated, which fixes fear of death as main kind of relation to death, which is intrinsic to every person. The novelty of research is description of evolution of relation to death for the last century and discussion about the term "fear of death" in context of changes in modern society, particularly, of changes of mass media, because this terminology determines exploratory tradition and comes out from axiom, that every person feels fear of death. The article describes modern tendencies to investigation of perception and relation to death in different sciences in Russia and abroad. In particular, it is necessary to change approach to research relation to death in situation of illness and risk to health and life of person and relatives to possibility to reflection of relation to death and transformation it to the factor of rethinking of life not only in extreme situations, but also in stable period of life.

The article contains the information about foreign research which demonstrate positive influence of awareness of death on level of acceptance and, consequently, level of reflection of sense of life and death.

### Keywords

death, death studies, fear of death, death anxiety, palliative psychotherapy, «evocative experiences»

### Введение

Особенностью психологического развития личности является факт ограниченности этого процесса продолжительностью жизни. В. С. Мухина отмечает, что «смысл жизни человека – в самой жизни» [Мухина, 2018, с. 57]. При этом многие исследователи признают очевидным факт осмысления жизни в соотношении

со своим концом – смертью, и именно осознание человеком конечности своего существования является важнейшим толчком к размышлению о смысле этого самого существования [Абдулгалимова, 2008]. Многие представители отечественной и зарубежной психологии выделяют «феномен смерти как важную детерминанту развития личности человека, где развитие понимается как непрерывный процесс созидания и разрушения, в процессе которого человек сталкивается как с приобретениями, так и с потерями» [Шутова, 2005, с. 146].

Отношение к смерти включает в себя различные аспекты и компоненты, многочисленные исследования свидетельствуют о том, что факт близкой смерти оказывает большое влияние на личность. Накоплено большое количество данных о людях, которые оказались в ситуации болезни и риска для собственной жизни или потеряли своих близких, именно эти люди представляют наибольший интерес для ученых. Следуя психоаналитической традиции, исследователи исходят из наличия у каждого человека страха смерти, который может иметь различный уровень, выделяют «источники страха смерти современного человека (лишенное экзистенциального смысла бытие; одиночество; не осмысленный и не интегрированный опыт общения со смертью; нарциссическое стремление к превосходству; обсессивная потребность в контроле)» [Абдулгалимова, 2008, с. 111].

Эти исследования порождают ряд логических выводов, которые затем разрабатываются исследователями и находят отражение в методических рекомендациях и тренингах: как побороть страх смерти, как излечиться от страха смерти, как полюбить смерть.

В то же время возникают вопросы: для чего любить смерть, если в целом она подразумевает конец и может сопровождаться неприятными психологическими переживаниями и физиологическими ощущениями? Как можно побороть страх смерти, который, по некоторым данным, лежит в основе личности и заложен на уровне инстинктов? Ответы на эти вопросы, на наш взгляд, лежат в исходных положениях о наличии страха смерти и, как следствие, табуированности смерти в современном обществе.

### **Теоретическое обоснование**

В современной психологии, в частности, в экзистенциальном направлении, наиболее широко представлены два направления, рассматривающие феномен смерти и специфику отношения к нему: теория управления страхом смерти (Дж. Гринберг, Ш. Соломон, Т. Пыжински) и теория управления смыслом и принятия смерти (П. Вонг). Первая основана на положении о том, что «в основе развития человеческой культуры лежит страх смерти, присущий каждому человеку, амбивалентно рассматриваемый как результат конфликта инстинкта самосохранения и осознания

неизбежности смерти» [Солдатова, Жукова, 2018, с. 13]. Вторая основана на положительных аспектах смерти и предметом исследования здесь является поиск смысла, смыслообразование и его трансформация. Более разработанной является теория управления страхом смерти, где единственно возможным типом отношения к смерти является страх.

Тем не менее в литературе последних лет всё чаще можно встретить отказ от термина «страх смерти». Часть ученых аргументирует свою позицию тем, что смерть – это неиспытанное на личном опыте состояние, соответственно, и бояться его нельзя, поскольку страх – состояние обращенное в прошлое. В данном случае мы видим больше сходства с тревогой – это и обращенность в будущее, и недостаточность информации и абстрактность объекта тревоги, и возбуждающее действия этого состояния. Тогда очевидным способом разрешения негативного ощущения является снятие неопределенности.

Следующий аргумент против термина «страх смерти» вытекает из предыдущего и заключается в том, что под страхом смерти маскируются другие страхи – страх нереализованности, страх физической боли, страх недостойной смерти и другие. Таким образом, обобщая эти страхи страхом смерти, теоретики – а за ними и практики психологии и психотерапии – не дают конструктивного разрешения страха, ведь со смертью справиться нельзя, а чувство нереализованности переработать можно.

В некоторых источниках страх и тревога по поводу смерти признаются синонимичными, в других – тревога входит в структуру страха смерти, другие источники разграничивают эти понятия и под тревогой имеют в виду беспокойство по поводу прекращения существования, а под страхом – убеждение в том, что смерть пугает. Однако все они разрабатываются в рамках теории управления страхом смерти, соответственно, исходят из безусловного наличия именно этого типа отношения к смерти.

Если говорить о табуированности смерти, то здесь, наш взгляд можно выделить две ключевые тенденции в проблематике смерти в современном обществе:

- 1) с одной стороны, разговоры о смерти стараются избегать, что подтверждается и социологическими опросами. Так, согласно опросу, проведенному в 2013 году, 65 % респондентов не задумываются о смерти, 67 % не желают чувствовать приближение смерти и готовиться к ней [Юревич, 2018]. Е. В. Шварева отмечает, что мортальную лексику принято заменять более нейтральными словами типа «ушел из жизни», «забылся вечным сном», «покинул мир», а в СМИ активно продвигается образ молодости и борьба со старением.
- 2) с другой стороны, смерть глубоко проникла в массовую культуру – в кино, компьютерные игры, литературу, становясь чем-то обыденным и повседневным, обесценивая смерть, и, соответственно, и жизнь.

В то же время по мнению А. П. Назаретяна «вытеснение внутренних (связанных с проблемой смерти и жизненного смысла) – защитный механизм, широко распространенный в современном обществе, – имеет более выраженные невротогенные последствия, чем рационализация, характерная для Нового времени» [Назаретян, 2012, с. 163].

### **Дискуссия**

Е. А. Кленина выделяет отношение к смерти как фактор культурной идентичности. По ее мнению отношение к смерти может быть конструктивным (смерть как естественный и необходимый процесс) и деструктивным (игнорирование смерти и ее вытеснение из повседневности) [Кленина, Песков, 2015].

Однако стоит также обратить внимание и на то, что развитие медицины и средств массовой коммуникации индивидуализация смерти изменилась. Сто лет назад смерть близких была обычным явлением из-за несовершенства медицины, но при этом люди мало, что знали о смертях других людей. Сейчас с развитием технологий мы можем видеть тысячи смертей (по мнению Джеймса Грина, по статистике граждан Америки за календарный год может наблюдать с помощью средств массовой информации, в кинематографе, в интернет-ресурсах и социальных сетях около 16 тысяч смертей) [Мохов, 2016]. Нас окружают мемориалы, напоминающие о жертвах войн, терактов, стихийных бедствий. Однако это смерть тысяч людей, с которым не было личного знакомства, а близкие стали умирать реже благодаря развитию медицины, продолжительность жизни увеличилась. Таким образом, смерть отделилась от человека, как нечто, что постигло «людей из телевизора», но не самого человека. Похоронные ритуалы стали терять свою актуальность и сакральный характер для людей, многие из которых даже не знают, в чем их смысл. В связи с этим увеличивается травматический эффект от переживания смерти близких или от ожидания собственной смерти. Таким образом, смерть становится одновременно и далекой, и близкой для человека, но нельзя говорить однозначно о вытеснении смерти из повседневности.

Вероятно это и стало причиной того, что именно паллиативная медицина и психотерапия, а также теории горя и оплакивания стали приоритетными направлениями в исследованиях темы смерти.

Однако очевидно, что такой подход является работой с «симптомами», в то время как важно заниматься «профилактикой», а именно – исследованием отношения к смерти у «нормативных» людей, в отсутствии состояния острого горя и не в терминальной стадии заболевания.

Смерть – это неизбежное (по крайней мере на нынешнем этапе развития человечества) событие в жизни каждого человека: как смерть собственная, так и смерть чужая. Указанные выше тенденции в восприятии смерти всё больше усложняют отношение человека к феномену смерти и умирания, мечущегося

между фатальной трагедией и страхом перед ней и обесценивающим отношением повседневности.

В то же время смерть и осознанное отношение к смерти помогает осознать жизнь, наделить ее смыслом и влияет на ее качество. В связи с этим представляется необходимым осмыслить смерть с научной точки зрения с целью помочь обществу сформировать адекватное отношение к смерти и умиранию, а также связанных с ними ритуалов и эмоциональных состояний.

Согласно И. Ялому, размышления о смерти появляются под действием «пробуждающих переживаний»: «горе при потере любимого человека, смертельная болезнь, разрыв близких (любовных) отношений, психическая травма (пожар, ограбление, изнасилование), потеря работы и вынужденная смена профессиональной деятельности, феномен “опустевшего гнезда”, выход на пенсию, переезд в геронтологический центр, а также юбилеи, которые считаются жизненными вехами и яркие, значимые по содержанию сновидения» [Кулагина, Сенкевич, 2013, с. 58]. Однако ощущение собственной конечности постоянно сопровождает человека, но оно не всегда отражено. Таким образом представляется необходимым научиться говорить о смерти не в контексте произошедшей трагедии, а как о неотъемлемой части жизненного процесса. Это подтверждается исследованиями, проведенными Ригером (2015) и Слетером (2017). В частности, в последнем представлены данные о том, что после просмотра экзистенциально-ориентированных фильмов респонденты показывали возрастание уровня принятия смерти.

### **Результаты исследования**

Потребность в вербализации проблемы смерти становится всё более очевидной, и уже наблюдаются попытки переосмыслить феномен смерти. В 2016 году в России открылось первое Death Café (кафе смерти) в Москве, сейчас встречи проводятся в Санкт-Петербурге, Воронеже, с этого года – в Ростове-на-Дону. Всего в России их зарегистрировано 50. В то же время в Германии их 64, а в Великобритании, родине кафе смерти, – почти 2000. Это беседы за чашкой чая о вопросах, связанных со смертью – о потере, о страхах, о ритуалах, о вопросах, которые могут встать перед человеком на любом жизненном этапе.

За рубежом выделена особая отрасль исследования смерти – death studies, которая включает в себя самые разнообразные темы, связанные со смертью и умиранием – от классической антропологии до исследований репрезентации смерти и умирания в медиа [Мохов, 2016]. Большую часть этих исследований составляют психологические исследования с акцентом на процессы умирания – исследования горя, потери, оплакивания и т. д. Основу этих исследований по большей части составляет психоаналитическая традиция, заданная еще Фрейдом и его стремлением к смерти. В то же время в России death studies представлены

лишь отдельными исследователями в области фольклористики, краеведения, археологии. Здесь особо стоит выделить журнал «Археология русской смерти», где авторы рассматривают вопросы смертности под разным углом. При этом в нем фактически нет взгляда психологов на феномен смерти. В то же время переживания по поводу смерти являются важным психологическим феноменом.

Исследование психологических аспектов феномена смерти должно лечь в основу психолого-педагогического сопровождения школьников и взрослых. Согласно исследованию С. А. Абдулгалимовой, младшие и старшие школьники особенно чувствительны к теме смерти и именно в эти периоды формируются ценностно-смысловые ориентации личности, в связи с чем представляется необходимым дать конструктивное направление детской рефлексии и по возможности избежать влияния на нее невротического отношения взрослых к этому вопросу [Абдулгалимова, 2008]. Н. Ю. Жукова отмечает, что исследование отношения к смерти у подростков может лечь в основу программ профилактики саморазрушающего и суицидального поведения среди школьников [Жукова, 2016].

При этом важно рассматривать смерть как смыслопорождающий феномен, и не отождествлять феномен смерти со страхом смерти в отличие от большинства современных исследований (Л. В. Шутова, И. Ю. Кулагина, Л. В. Сенкевич), которые сами по себе формируют установки о страхе смерти у респондентов.

За рубежом существуют различные программы, направленные на рефлексию темы смерти и умирания: тренинги «Искусство терять», Институт умирания и смерти, Death café (кафе смерти), The Order of the Good Death («Орден хорошей смерти»). Эта деятельность кажется актуальной ввиду имеющегося интереса у общества. Это обусловлено, на наш взгляд, тем, что сталкиваясь с темой смерти мы имеем дело не со страхом смерти, поскольку страх как эмоциональное состояние обращен в прошлое, имеет парализующий эффект, возникает во время наступления опасности и имеет определенный, конкретный характер. Говоря о смерти, мы говорим о будущем, о предмете, который нам неизвестен (никто из живущих не имел опыта личного переживания смерти), о чем-то абстрактном и неясном до конца. Очевидно, что в данном случае идет разговор о тревоге и тревожном состоянии, наиболее действенным способом работы с которыми является повышение уровня информированности, ведь именно неопределенность объекта тревоги, недостаток информации приводит к нарастанию тревоги. Кстати, в англоязычной терминологии чаще встречается именно «death anxiety», то есть «тревога по поводу смерти».

## **Выводы**

Таким образом, в настоящее время имеются явные противоречия между потребностями общества в осмыслении и рефлексии феномена смерти и их реализацией (а в большинстве случаев ее отсутствием), что во многом детерминировано

отношением научного сообщества к данной проблеме – начиная от терминологии «страх смерти» и заканчивая убежденностью в табуированности темы смерти в повседневной жизни. Эти обстоятельства мешают взглянуть на феномен смерти более объективно, навязывая обществу страхи и табу. Очевидно, что имеющиеся представления о смерти устарели в виду развития информационных технологий за последние 15 лет, что оказало влияние на освещение массовых и индивидуальных смертей в СМИ. Данные особенности указывают на необходимость исследования феномена смерти и пересмотра существующего в научном сообществе подхода к изучению смерти как смыслообразующего фактора в жизни и развитии личности.

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

### **Литература**

- Абдулгалимова С. А. Изучение представлений о жизни и смерти в старшем школьном возрасте // Известия вузов. Северо-Кавказский регион. Серия: Общественные науки. 2008. № 3. С. 111–113.
- Баканова А. А. Системное описание страха смерти // Культурно-историческая психология. 2015. Т. 11, № 1. С. 13–23.
- Жукова Н. Ю. Исследование отношения к смерти у подростков с нормативным и девиантным поведением // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. 2016. № 4, С. 96–102.
- Кленина Е. А., Песков А. Е. Отношение к смерти как условие формирования различных типов культуры // Вестник АГТУ. 2015. № 1 (59).
- Кулагина И. Ю., Сенкевич Л. В. Отношение к смерти: возрастные, региональные и гендерные различия // Культурно-историческая психология. 2013. Т. 9, № 4. С. 58–64.
- Мохов С.В. Ситуация с «Death studies» в современной науке // НП/НР. 2016. № 4.
- Мухина В. С. Жизнь и смерть в сферах Великого идеополя общественного самосознания // Развитие личности. 2018. № 2. С. 26-57.
- Назаретян А. П. Нелинейное будущее и проблема жизненных смыслов // Историческая психология и социология истории. 2012. № 2. С. 148-180.
- Солдатова Е. Л., Жукова Н. Ю. Теоретический обзор современных зарубежных исследований отношения к смерти // Вестник ЮУрГУ. Серия: Психология. 2018. № 3.
- Чистопольская К. А., Ениколопов С. Н., Николаев Е. Л., Магурдумова Л. Г. Бесстрашие к смерти - статика или динамика? // Суицидология. 2017. № 2 (27), С. 40-48.



Шварева Е. В. Семантические характеристики образа смерти у людей разных поколений // Сибирский педагогический журнал. 2010. № 9.

Шутова Л. В. Страх смерти и смысложизненные ориентации в юношеском возрасте // Известия ЮФУ. Технические науки. 2005. № 5. С. 146-151.

Юревич А. В. Психологические аспекты отношения к смерти // Ярославский педагогический вестник. 2018. № 1.

Green J. W. *Beyond the Good Death – The Anthropology of Modern Dying*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2008. 272 p.

Slater M. D., Oliver M. B., Appel M., Tchernev J. M., Silver N. A. (2017). Mediated wisdom of experience revisited: delay discounting, acceptance of death, and closeness to future self. *Human Communication Research*. No. 1 (44), P. 80–101.

## References

Abdulgalimova S.A. (2008). Research of representation of life and death in high school age. *Izvestiya vuzov. North-Caucasian region. Ser: Social Sciences*. No. 3. P. 111-113.

Bakanova A.A. (2015). Fear of Death: A Systemic Description. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-historical psychology]*. Vol. 11, No. 1. P. 13–23.

Zhukova N. Yu. (2016). A study of the attitude toward death of adolescents with normative and deviant behavior. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*, Vol. 9, No. 4. P. 96–102.

Klenina E. A., Peskov A. E. (2015). Attitude to death as a condition of formation of different cultural types. *Vestnik Astrakhanskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta*, No. 1. P. 73-77.

Kulagina I.Yu., Senkevich L.V. (2013). Attitudes towards Death: Age, Regional and Gender Differences. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya [Cultural-historical psychology]*. No. 4, P. 58-64.

Mokhov S. V. (2016). Situation with “death studies” in modern science. *The new past*, № 4. P. 229-236.

Mukhina V.S. (2018). Life and Death in spheres of Great ideas-field of social self-awareness. *Person development*, No. 2. P. 26-57.

Nazaretyan A.P. (2012). Non-linear future and the problem of senses. *Historical psychology and sociology of history*. No. 2. P. 148-180.

Soldatova E.L., Zhukova N.Yu. (2018). Theoretical Review of Modern Foreign Studies of Attitude Towards Death. *Bulletin of the South Ural State University. Ser. Psychology*. Vol. 11, No. 3. P. 13–23.

Chistopolskaya K.A., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Magurdumova L.G. (2017). A commentary: fearlessness about death – a static or a dynamic quality? *Suicidology*. No. 2 (27). P. 40-48.

Shvareva E. V. (2010). Semantic characteristics of the image of death among people of different generations. *Siberian pedagogical journal*. No. 9, P. 272-282.

Shutova L. V. (2005). Fear of death and sense of life orientations in adolescence. *News of Southern Federal University: technical sciences*. No. 5, P. 146-151.

Yurevich A. V. (2018). Psychological Aspects of the Attitude to Death. *Yaroslavskii pedagogicheskii vestnik*. No. 1, pp. 123-132.

Green J.W. (2008). *Beyond the Good Death – The Anthropology of Modern Dying*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press. 272 p.

Slater M.D., Oliver M.B., Appel M., Tchernev J.M., Silver N.A. (2017). Mediated wisdom of experience revisited: delay discounting, acceptance of death, and closeness to future self. *Human Communication Research*. No. 1 (44), P. 80–101.