

ПРОБЛЕМА ИССЛЕДОВАНИЯ СТРАХА СМЕРТИ В ФИЛОСОФИИ И ПСИХОЛОГИИ

Проблема страха, его разновидностей и взаимосвязей с тревогой, ужасом, иными негативными переживаниями человека издавна интересовала исследователей. Особое место при этом всегда отводилось страху смерти.

С.Н. Ениколопов в предисловии к русскому изданию книги Дж. Рейнгольда «Мать, тревога и смерть», хотя и отмечает относительную новизну для психологии проблематики смерти, в то же время указывает, что еще Л. С. Выготский говорил о значительности роли смерти в жизни каждого человека [14. С.3].

Дж. Рейнгольд, отмечая важность понимания тревоги в целом, ссылается на З. Фрейда, который писал, что «проблема тревоги является узловой точкой многих наиболее важных вопросов; загадкой, разрешение которой должно пролить свет на всю нашу психическую жизнь» [14. С.11]. Дж. Рейнгольд отмечает, что использует термины «страх смерти» и «танатическая тревога» взаимозаменяемо. Он ссылается на З. Фрейда, по мнению которого, различие между страхом и тревогой «заключается в том, что страх связан с объектом, а тревога относится к аффекту и игнорирует объект» [14. С.11]. Фобия, по мнению Дж. Рейнгольда, – замещение базовой тревоги «объектом» [14. С.293].

Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдчиц считают, что вытеснение смерти из сознания человека приводит к отсутствию во внутренней картине болезни образа того, с чем человек должен бороться [1].

На сегодняшний день существуют трудности, как с разведением, так и с определением понятий «тревога» и «страх». Мы будем исходить из понимания страха как опредмеченной тревоги, в то время как тревога, на наш взгляд, изначально заложена в самом факте смертности человека. Вслед за Дж. Рейнгольдом мы будем говорить не о страхе смерти, а о неопределенной тревоге, берущей начало в априорной ненаполненности образа смерти.

Как правило, в литературе различные формы описания страха встречаются в следующих случаях: при описании и классификации болезненных расстройств в психиатрии (Б.Д. Карвасарский); приведении примеров переживаний своих пациентов (З. Фрейд, И. Ялом); характеристике некоего собственного опыта, связанного с клинической смертью, смертью близких, духовными практиками (К. У. Пэрриш-Харра); в исследованиях, посвященных детским страхам (А.И. Захаров, Д.Н. Исаев).

Ю.П. Александровский в своей работе «Пограничные психические расстройства относит фобии к невроту навязчивых состояний и не классифицирует их. [2. С.211].

В Международной классификации болезней десятого пересмотра (МКБ – 10) в разделе «Фобические и тревожные расстройства» выделяются:

- агорафобия (включает совокупность взаимосвязанных и частично совпадающих фобий – навязчивых страхов оказаться в ситуации, когда будет невозможно быстро и легко оказаться в безопасном месте);

- социальные фобии (навязчивый страх оказаться в центре внимания в относительно небольших группах людей и избегание таких ситуаций);

- специфические (изолированные) фобии (навязчивый страх строго ограниченных ситуаций – находиться рядом с каким-либо животным, высоты, грозы, летать в самолете, закрытых пространств и т.д.);

- другие фобические и тревожные расстройства.

Страх смерти обозначается как вторичный при данной группе расстройств [16. С. 62-64].

Ю.В. Щербатых отмечает, что страхи достаточно сложно классифицировать. Автор приводит различные варианты деления страхов по какому-либо признаку, в том числе и свое собственное видение проблемы [17]. В частности, он ссылается на Б.Д. Карвасарского, который различает восемь основных фабул страха:

1) Боязнь пространства (клаустрофобия, агорафобия, страхи высоты, глубины).

2) Социофобии (страх покраснеть, публичных выступлений и т.п.).

- 3) Нозофобии (страх заболеть каким-либо заболеванием).
- 4) Танатофобия.
- 5) Страхи нанести вред себе или близким.
- 6) Контрастные фобии (например, страх совершить что-то непристойное у священника во время богослужения).
- 7) Различные сексуальные страхи.
- 8) Фобофобии (страхи бояться чего-либо) [Цит. по: 17. С.329-325].

Как можно видеть, все эти подходы связаны с некой ситуацией нездоровья, за исключением некоторых исследований на детях. В доступных нам литературных источниках не обнаружено работ, рассматривающих страхи так называемой «нормативной популяции».

Страхи также подразделяют на детские и взрослые, первичные и вторичные. По мнению Ю.В. Щербатых, каждая такая классификация имеет преимущества и недостатки [17]. Автор предлагает классифицировать все страхи по трем группам. К первой группе относятся природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человека. Ко второй – боязни и опасения за изменение своего социального статуса, например, страх публичных выступлений. Третья же группа, по мнению автора, порождается сознанием человека. К ней можно отнести страх привидений. Тем не менее, Ю.В. Щербатых вынужден признать наличие промежуточных форм страха, например, страх пауков, страх перед милицией, не укладываемых не в одну из предложенных групп [17. С.334-335].

В.Ю. Баскаков, ссылаясь на удачное определение Р. Быковым современного человека как «шизофренизированного», говорит о нарушении у него изначального баланса трех сфер существования. Речь идет об «уме»-«чувствах»-«телесных ощущениях и импульсах» с «мощным акцентированием/доминированием «ума» (разума, сознания, контроля)» [5. С.5-6]. В.Н. Панкратов выделяет три уровня представленности внутренней картины трудного состояния:

- Сенсорный уровень, включающий в себя «совокупность ощущений и восприятий тех изменений в организме, которые

возникают в связи с реакцией на экстремальное воздействие» [11. С.111].

- Эмоциональный уровень, как оценка трудного состояния с позиций опасности.

- Интеллектуальный уровень позволяет решать вопросы о природе неблагоприятного воздействия, оценить воздействие на организм, искать пути выхода [11. С.111].

Д. Айке считает, что «страх – это психосоматический процесс, т.е. он одновременно проявляется в телесных процессах и душевном переживании» [15. С.45] Автор приводит описание Нунберга: «страх состоит из внутреннего неприятного возбуждения, нарушения дыхания, усиления сердечной деятельности, усиления или ослабления мышечной деятельности...» [Цит. по: 15. С.44-45]. Сам Д. Айке указывает, что «чем сильнее и неожиданнее состояние страха, тем отчетливее внутреннее напряжение; иногда оно бывает настолько сильным, что причиняет боль» [15. С.44]. Э. Линдемманн описывает клинику острого горя в виде следующего синдрома: «периодические приступы физического страдания», «спазмы в горле, припадки удушья с учащенным дыханием», «потеря мышечной силы и интенсивное субъективное страдание, описываемое как напряжение и душевная боль» [12. С.225]. Не трудно заметить схожесть описанных симптомов.

Э. Эриксон говорит, что три процесса – соматический, эгопроцесс и социальный – представляют собой три стороны жизни человека: «тело подвержено действию боли и напряжения, ЭГО – действию тревоги, а как член общества, он чувствителен к страху, исходящему от его группы» [19. С.25].

Проанализировав большое количество работ по данной тематике (К.Г. Юнг, О. Ранк, Г.С. Салливан, А. Адлер, М. Кляйн, Э. Фромм, К. Хорни, Э. Эриксон и др.), В. М. Астапов предполагает, что, несмотря на то, что ребенок испытывает состояние тревоги и влияние ранних впечатлений зачастую сохраняется долго, обычно его личность не претерпевает глубоких патологических изменений, а последствия воздействий не всегда оказываются отрицательными. Автор считает, что «когда ранимость ребенка выражена в наибольшей степени, структура его личности еще полностью

не сложилась, в силу чего не может быть серьезно повреждена. Остаточные компоненты перенесенных тревог могут включаться в развивающуюся личность в качестве существенных компонентов и оказаться в подчиненном положении в функционировании новых личностных структур» [4. С.86]. В.М. Астапов считает, что у детей мы имеем дело с неким «преходящим» состоянием, а не с нозологической единицей. И, таким образом, описания расстройств, наблюдаемых у детей, не пригодны для описания нарушений, отмечаемых у взрослых.

Остается открытым вопрос о причинах появления тех или иных страхов у детей. Как правило, в литературе можно встретить упоминание возраста, в котором манифестирует определенный вид страха и указание на некий травмирующий опыт. Так, А.И. Захаров считает наиболее распространенными так называемые внушенные страхи, источник которых взрослые, окружающие ребенка [9. С.7].

С. Энтони предполагает, что «феномены, на основе которых формируются концепции времени, смерти и т.д., могут порождать весь спектр доступных человеку идей; в процессе нормального взросления дети устраняют из своего сознания те, что не приемлются их культурой» [18. С.320]. В этой связи следует упомянуть то, что ребенок достаточно долго не может осознать факт существования мира до него. А в дальнейшем не может соотнести это существование, так сказать, с «глубиной» времени. Так, один из наших испытуемых – десятилетний мальчик, прочтя о временах Петра I, сочувствует матери в том, как ей тогда тяжело жилось. Поскольку ребенок в силу магического мышления не признает собственную смертность, то прошлое и будущее сливаются для него в вечность. Другими словами, прошлое – это вечность наоборот.

А.С. Гагарин указывает, что «страх как экзистенциал (то есть как условие становления человеческого существования) впервые в полной мере был «открыт» С. Кьеркегором» [6. С.50], который разделяет понятия «боязнь», «страх» и «ужас». Так, боязнь связана с чем-то «определенным», «конкретным», «в перспективе – локализуемым». Страх как экзистенциал содержит в своей глубинной сущности «беспочвенность и

предметную неопределенность», «выходящее наружу чувство тревожности как таковой» [Цит. по: 6. С. 50]. По мнению А.С. Гагарина, предметом страха в экзистенциалистской парадигме является «ничто», которое порождает страх, а по М. Хайдеггеру: «страх выявляет ничто» [Цит. по: 6. С.50].

А.С. Гагарин пишет, что в философии и экзистенциальной психологии выделяется три типа страха смерти. Это «страх состояний после смерти», «страх самого акта смерти», «страх пресечения, утраты бытия» [6. С.51-52].

М. Монтень в своих «Опытах» приводит слова Цицерона о том, что «философствовать – это не что иное, как приуготовлять себя к смерти» [10. С.370], и добавляет, что «исследование и размышление влекут нашу душу за пределы нашего бренного «я», отрывают ее от тела, а это и есть некое предвосхищение и подобие смерти» [10. С.370]. «Размышлять о смерти – значит размышлять о свободе. Кто научился умирать, тот разучился быть рабом», «И нет в жизни зла для того, кто постиг, что потерять жизнь – не зло» [10. С. 382]. «Кто учит людей умирать, тот учит их жить» [10. С. 387]. И М. Монтень предлагает свое видение борьбы со страхом смерти, утверждая, что научился преодолевать этот страх. «Наблюдая столь частые и столь обыденные примеры этого рода, можем ли мы отделаться от мысли о смерти, и не испытывать всегда и всюду ощущения, будто она уже держит нас за ворот» [10. С. 379]. М. Монтень предлагает «отнять у нее (смерти) главный козырь»: «Лишим ее загадочности, присмотримся к ней, приучимся к ней, размышляя о ней чаще, нежели о чем-либо другом» [10. С. 381]. В этой связи философ упоминает египтян, у которых был обычай вносить мумию покойника в залу как напоминание для пирующих [10. С. 381]. Тем не менее, М. Монтень иногда как будто противоречит самому себе. Так, довольно насмешливо описывая «одного умирающего, который уже перед самой кончиной не переставал выражать сожаление, что злая судьба оборвала нить составляемой им истории на пятнадцатом или шестнадцатом из наших королей» [10. С.385], он, двумя страницами ранее, приводит совсем другую историю. Говоря о своей готовности умереть в любую минуту («Что до меня, то я, благодарение Богу, готов убраться отсюда, когда Ему будет угодно» [10.

С. 384]), М. Монтень описывает эпизод, когда «находясь на расстоянии какого-нибудь лье от дома, вполне здоровый и бодрый, я поторопился записать свою волю, так как не был уверен, что успею добраться к себе» [10. С. 383-384]. И еще дальше: «И тогда никто не заботится ни о себе, ни о жизни... И у нас нет больше печали о себе» (Лукреций) [Цит. по: 10. С. 395]. Что же, как не сильнейший страх смерти заставил человека на клочке бумаги записать свою волю, касающуюся состояния, когда, по его же собственным словам, его ничто уже не должно волновать.

Проблема страха смерти, на наш взгляд, особым образом взаимосвязана с проблемой тревожности. Г.А. Глотова рассматривает тревожность с позиций трех различных подходов – объектоцентрического, антропоцентрического и социоцентрического. Так, исследование тревожности с позиции объектоцентрического подхода позволяет обнаружить тенденции, факторы, механизмы реагирования людей на опасные (реальные или воображаемые) ситуации. Более глубоко разобраться в их содержательных аспектах позволяет антропоцентрический подход. А с помощью социоцентрического подхода появляется возможность выявить коренящиеся во взаимодействии с другими людьми детерминанты тревожности [8. С. 112, 117, 124].

Рассматривая тревожность с позиции социоцентрического подхода, Г.А. Глотова отмечает, что «человеку приходится жить в условиях действия фактора случайности» [8. С. 119], и, что «тревожность в отношениях между людьми во многом обусловлена вероятностным характером поведения партнеров по общению» [8. С. 118]. Также известно, что для человека нет ничего более пугающего, чем неизвестность и неопределенность. Но, если, согласно М. Монтеню, нет ничего более определенного, чем смерть [10], то неизвестность (неопределенность) порождается из отношений с людьми. «Фактор случайности ребенок сначала познает в отношениях с родителями, близкими» [8. С. 119]. В то же время, Ж. Деррида отмечает, что «Смерть – это выраженная форма нашего отношения к другому. Я умираю только от другого: из-за другого, для другого и в другом» [Цит. по: 6. С. 42]. В первом случае – это приговор, во втором – потеря, в третьем –

забвение. Этими тремя видами смерти, на наш взгляд, и исчерпываются человеческие страхи. За всем этим следует боль. Никто не знает наверняка, каким будет этот приговор другого. Тем не менее, люди наполняют свою жизнь «приговорами», они постоянно «убивают» друг друга или даруют жизнь. Взять хотя бы ситуацию экзаменов. Все это не что иное, как тренировки перед встречей со смертью, те же древнеегипетские пиры в присутствии умершего, о которых писал М. Монтень. Все страхи берут начало в неотвратимости смерти и опредмечиваются в ужасе перед другими людьми, перед их поступками, столь же непредсказуемыми как сама смерть. «Смерть символизирует окончательное одиночество» [13. С. 23], но человек не знает, когда и как она придет. У большинства людей есть опыт умирания «из-за другого», но никто не знает, в какой момент другой скажет: «Умри». С этим приговором человеку предстоит справиться в одиночестве и боли. Так, люди столь же беспомощны перед нелюбовью другого, как и перед лицом смерти. Но, вступая в отношения, человек заранее предполагает предстоящую потерю (отсюда «жили долго и умерли в один день») и знает, что за этим придет боль. Формула М. Монтеня: умри заранее; формула мучительной смерти большинства людей: страх – смерть – боль.

Смерть убить нельзя, но «отыгрывание» страха смерти происходит через всевозможные ритуалы «жертвоприношения», отчасти подобные описанным Г.А. Гловой стратегиям совладания с фактором случайности [8], и в иллюзии контроля над временем и видом смерти. Осуществлять контроль помогает страх на концептуальном уровне.

Страх – это опредмеченная угроза, порожденная беспомощность человека перед беспредметным ужасом [14. С. 320]. Дж. С. Рейнгольд полагает, что образование фобии служит для замены реальной, но отрицаемой угрозы посторонним объектом. Автор приводит слова S. Arieti о том, что одной из характеристик фобий является утрата источником угрозы человеческих черт [14. С. 320]. «Поскольку человек не знает (или не отваживается узнать) действительного источника тревоги, он использует в качестве источника предметы,

животных, сверхъестественные существа, безымянное «они» или враждебное «другие», факторы культуры, бессмысленность жизни, неизбежность смерти и т.д.» [14. С. 297].

Мы полагаем, тот факт, что существующие классификации страхов не могут полностью охватить весь спектр объектов, его вызывающих, как раз и свидетельствует о том, что в основе любого страха лежит страх смерти. Дж. Рейнгольд ссылается на исследования S. Hall, которые показали, что в основе всех страхов и фобий лежит страх смерти. Подтверждение этой же мысли он находит и у других авторов. Сам же Дж. Рейнгольд уверен, что «не страх естественной смерти, вне зависимости от того экзистенциальный он или приобретенный, обуславливает тревогу, а страх трагической смерти» [14. С. 292-293].

В.И. Гарбузов считает, что мысли о смерти лежат в основе большинства фобий детского возраста и проявляются либо непосредственно, либо страхом высоты, смерти родителей, сна и т.д. [7]. По мнению А.И. Захарова, ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти: «Его возникновение означает осознание необратимости в пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует смерть» [9. С. 29].

L. Perloff отмечает, что индивиды «мотивированы верить в справедливый и упорядоченный мир, в котором люди получают то, что заслужили, и заслуживают то, что получают, – мир, в котором плохие вещи не случаются с хорошими людьми» [Цит. по: 3. С. 315]. Л.И. Анцыферова, ссылаясь на А.Н. Baumgardner, R.M Arkin, приводит данные, полученные на исследовании «мини-теорий» людей, еще не подвергшихся тяжким травмам и несчастьям. У них обнаруживается сверхоптимистическое отношение к жизни. Такие люди недооценивают вероятность стихийных бедствий, возможности попасть в катастрофу и т.п. По мнению автора, основное, чему учится человек на «болезненных примерах, – это выработка «главной» стратегии – антиципировать и предотвращать трудные жизненные ситуации» [3. С. 315].

Л.И. Анцыферова, анализируя работы разных авторов, выделяет два типа личности, отличающихся предпочтениями стратегий совладания – интерналы и экстерналы, «харди» и пассивные. Автор приводит данные F. Rothbaum et al., в соответствии с которыми, личности, относящиеся к пассивному типу, пытаются своеобразно контролировать свои взаимоотношения с миром. Как вариант – «предиктивный» (предвидимый) контроль – предвосхищение наступления негативных событий, чтобы заранее уйти, предохранить себя от новых разочарований. Другие формы контроля – это «викарный» (иллюзорный), а также – интерпретация ситуаций [3. С. 331]. У «харди» «конституциональная слабость», поощрение самостоятельности и «модели для идентификации», это – «смелые, контролирующие свой жизненный мир люди» [3. С. 329]. Другими словами, люди, имеющие опыт столкновения с «большой» смертью, не должны больше испытывать страх перед ней. Тем не менее, это не совсем так. Наши испытуемые, столкнувшиеся со смертью близких вовсе не утверждают, что не боятся смерти. Так, одинокая женщина 35 лет, похоронившая всех своих родственников, в ситуации угрозы собственной жизни не испытывала, по ее утверждению, никакого страха. Те, кто имел опыт столкновения с реальной угрозой собственной смерти, также некоторое время не страшатся смерти (например, мужчина 45 лет, получивший серьезные травмы в автокатастрофе). Но и в том, и в другом случае явление отсутствия страха смерти носит, по словам испытуемых, временный характер (около двух-трех лет).

Подобно тревоге, ищущей опредмечивания в страхе, смерть, будучи неизвестной, наделяется собственным культурно-индивидуально-религиозно-мистическим содержанием и предметом страха.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абрамова, Г.С., Юдчиц, Ю.А.* Психология в медицине: Учеб. пособие. М.: ЛПА «Кафедра-М». 1998. 272 с.

2. *Александровский, Ю.А.* Пограничные психические расстройства. (Руководство для врачей). Ростов-на-Дону: Феникс. 1997. 578 с.
3. *Анцыферова, Л.И.* Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психология социальных ситуаций / Сост. и общая редакция Н.В. Гришиной. СПб: Питер. 2001. 416 с.
4. *Астапов, В.М.* Тревожность у детей. 2-е изд. СПб: Питер. 2004. 224 с.
5. *Баскаков, В.Ю.* Танатотерапия: теоретические основы и практическое применение. М.: Институт Общегуманитарных Исследований. 2007. 176 с.
6. *Гагарин, А.С.* Экзистенциалы человеческого бытия: одиночество, смерть, страх. От античности до Нового времени. Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та. 2001. 372 с.
7. *Гарбузов, В.И.* Практическая психотерапия. СПб: Сфера. 1994.
8. *Глотова, Г.А.* Объектоцентрический, антропоцентрический и социоцентрический подходы к исследованию тревожности / Психология состояний. Хрестоматия / Под ред. проф. А.О. Прохорова. М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь. 2004. 608 с.
9. *Захаров, А.И.* Дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Изд-во «СОЮЗ». 2000. 448 с.
10. *Монтень, М.* Опыты: Пер. с фр. М.: Эксмо, 2007. 512 с.
11. *Панкратов, В.Н.* Саморегуляция психического здоровья: практическое руководство. М.: Изд-во Института Психотерапии. 2001.
12. Психология эмоций. Тексты. 2-е изд./ Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М: Изд-во Моск. Ун-та. 1993. 304 с.
13. *Пэрриш-Харра, К. У.* Смерть и умирание: новый взгляд на проблему. М: Институт Общегуманитарных Исследований. 2003. 224 с.
14. *Рейнгольд, Дж.С.* Мать, тревога и смерть. Комплекс трагической смерти. М: ПЕР СЭ. 2004. 384 с.
15. Тревога и тревожность. Хрестоматия / Сост. и общ. ред. В.М. Астапова. М: ПЕР СЭ. 2008. 240 с.

16. *Чуркин, А.А., Мартюшов А.Н.* Краткое руководство по использованию МКБ-10 в психиатрии и наркологии. М.: Триада-Х. 2000. 232 с.
17. *Щербатых, Ю.В.* Классификация страхов / Психология состояний. Хрестоматия / Под ред. проф. А.О. Прохорова. М.: ПЕР СЭ; СПб: Речь. 2004. 608 с.
18. *Энтони, С.* Открытие смерти в детстве и позднее: Пер. с англ. М.: РИМИС. 2009. 368 с.
19. *Эриксон, Э.Г.* Детство и общество. 2-е изд.: Пер. с англ. СПб: Ленато, АСТ, Фонд « Университетская книга». 1996. 592 с.