

## **ОТНОШЕНИЕ К СМЕРТИ В КОНТЕКСТЕ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ: АДАПТИВНЫЕ, ЗАЩИТНЫЕ И НЕАДАПТИВНЫЕ ВЗГЛЯДЫ НА СМЕРТЬ У МОЛОДЫХ ВЗРОСЛЫХ**

*К.А. Чистопольская, С.Н. Ениколопов, Е.Л. Николаев, Г.И. Семикин, С.Н. Озоль, С.А. Чубина*

ГБУЗ «Городская клиническая больница им. А.К. Ерамишанцева», г. Москва, Россия

ФГБНУ «Научный центр психического здоровья», г. Москва, Россия

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова», г. Чебоксары, Россия

ФГБОУ ВО «Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана», г. Москва, Россия

ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет им. И.П. Павлова» МЗ РФ, г. Рязань

ГУЗ «Тульская областная клиническая психиатрическая больница №1 им. Н.П. Каменева», г. Тула, Россия

### Контактная информация:

Чистопольская Ксения Анатольевна – клинический психолог (SPIN-код: 3641-3550; ORCID iD: 0000-0003-2552-5009; Researcher ID: F-4213-2014). Место работы и должность: медицинский психолог Психиатрического отделения № 2 ГБУЗ «ГКБ им. А.К. Ерамишанцева». Адрес: Россия, 129327, г. Москва, ул. Ленская, 15. Электронный адрес: [ktchist@gmail.com](mailto:ktchist@gmail.com)

Ениколопов Сергей Николаевич – кандидат психологических наук, профессор (SPIN-код: 6911-9855; ORCID iD: 0000-0002-7899-424X; Researcher ID: C-2922-2016). Место работы и должность: заведующий отделом клинической психологии ФГБНУ «Научный центр психического здоровья». Адрес: Россия, 115522, г. Москва, Каширское шоссе, д. 34. Электронный адрес: [enikolopov@mail.ru](mailto:enikolopov@mail.ru)

Николаев Евгений Львович – доктор медицинских наук, профессор (SPIN-код: 6574-0189; ORCID iD: 0000-0001-8976-715X; Researcher ID: P-8907-2016). Место работы и должность: заведующий кафедрой социальной и клинической психологии ФГБОУ ВО «Чувашский государственный университет имени И.Н. Ульянова». Адрес: Россия, 428015, г. Чебоксары, Московский проспект, д. 15. Электронный адрес: [pzdorovie@bk.ru](mailto:pzdorovie@bk.ru)

Семикин Геннадий Иванович – доктор медицинских наук, профессор (SPIN-код: 5288-9719; ORCID iD: 0000-0003-2825-7089; Researcher ID: T-9092-2017). Место работы и должность: заведующий кафедрой «Здоровьесберегающие технологии и адаптивная физическая культура» ФГБОУ ВО «Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана». Адрес: Россия, 105005, г. Москва, ул. 2-я Бауманская, д. 5, стр. 1. Электронный адрес: [semikin@bmstu.ru](mailto:semikin@bmstu.ru)

Озоль Сергей Николаевич (SPIN-код: 3074-1321; ORCID iD: 0000-0003-1949-8411; Researcher ID: U-4483-2017). Место учёбы: аспирант кафедры психиатрии ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет им. И.П. Павлова» Минздрава России. Адрес: Россия, 390026 г. Рязань, ул. Высоковольтная, д.9. Электронный адрес: [ozolsergey7@gmail.com](mailto:ozolsergey7@gmail.com)

Чубина Софья Александровна – врач-психиатр, психотерапевт (ORCID iD: 0000-0002-9112-2737; Researcher ID: U-4432-2017). Место работы и должность: заведующая отделением ГУЗ «Тульская областная клиническая психиатрическая больница №1 им. Н.П. Каменева». Адрес: Россия, 301105, Тульская область, Ленинский район, п. Петелино. Электронный адрес: [sonyaost@yandex.ru](mailto:sonyaost@yandex.ru)

Смерть означает конец индивидуального времени, поэтому временная перспектива личности и, шире, переживание длительности «я» оказывают влияние на отношение к смерти. Цель исследования: определить адаптивные, дезадаптивные и защитные отношения к смерти, исходя из индивидуальных временных ориентаций, жизнестойкости и сбалансированности временной перспективы. Материал: выборка 967 человек (457 юношей, 503 девушек, у 7 человек пол не указан, возраст 17-37,  $M=20$ ,  $SD=1.97$ ). Методики: «Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо», «Тест жизнестойкости», краткий вариант опросников «Отношение к смерти» и «Страх личной смерти». Результаты: Индекс ОБВП (отклонения от сбалансированной временной перспективы) и общий балл «Жизнестойкости» вносили значимый вклад во все показатели отношений к смерти и определяли от 1,2% дисперсии (для показателя «Страх последствий для личности») до 15,8% (для показателя «Принятие смерти как бегства»). Более подробный регрессионный анализ с учётом отдельных временных ориентаций и показателей жизнестойкости позволил точнее определить вклад этих переменных в исследуемые конструкты: от 3,6% дисперсии (для показателя «Нейтральное принятие смерти») до 18,6% (для показателя «Принятие смерти как бегства»). Качественный анализ регрессионных моделей дал возможность определить адаптивные, дезадаптивные и защитные отношения к смерти у молодых взрослых. К адаптивным были отнесены «Страх последствий смерти для личности», «Страх последствий для близких», «Нейтральное принятие смерти», к дезадаптивным – «Принятие смерти как бегства», «Страх забвения»; «Страх смерти», «Избегание темы смерти» и «Принятие приближение смерти», а также «Страх трансцендентных последствий», «Страх последствий для тела» проявили себя как защитные взгляды на смерть. Выводы: Были выделены адаптивные, неадаптивные и защитные способы осмыслить смерть с позиции личностно-временной целостности человека. Такая систематизация взглядов на смерть призвана помочь практикующим специалистам в области суицидо-

логии определить вектор психологической коррекции: какие страхи пациентов можно нормализовать, а с какими следует работать для понижения их значимости через изменение отношения к жизненной истории.

*Ключевые слова:* теория управления страхом смерти, отношение к смерти, страх смерти, длительность «я», временная перспектива, жизнестойкость

Понятия времени и смерти тесно взаимосвязаны: время конечно, прерывисто, определяется через завершение интервалов, смерть же является последней границей индивидуального времени. Близость к смерти или сильное напоминание о ней действуют как некое прерывание текущего опыта жизни человека и приводят к осознанной или бессознательной смене траектории поведения и даже жизненных взглядов. Теория управления страхом смерти (terror management theory, ТМТ) приводит многочисленные примеры таких бессознательных изменений, выделив три базовых механизма, которые помогают сохранить психологическое равновесие перед угрозой осознания собственной смертности: культурный буфер тревоги, самооценку и надёжную привязанность [1, 2]. Кроме того, в рамках этой концепции было замечено, что этой же функции служит чувство ностальгии, которое восстанавливает переживание длительности «я» (self-continuity, [3, 4]) и общее ощущение включенности в более широкий временной контекст [5]. Эти результаты также соответствуют теории управления смыслом, которая утверждает, что отношения к жизни и смерти связаны как сообщающиеся сосуды, и смерти придается излишняя значимость тогда, когда жизнь человека недостаточно наполнена смыслом, или он его недостаточно осознает [6].

Теории управления страхом смерти отчасти противостоит теория посттравматического роста (posttraumatic growth theory, РТГ), которая утверждает, что люди в тяжелых жизненных ситуациях близости к смерти могут испытывать личностный рост: переосмысливать свою жизнь и переориентироваться на внутренние ценности, замечать новые возможности, больше ценить жизнь, формировать более глубокие отношения с окружающими [7, 8]. При этом авторы теории замечают, что люди не достигают очень высокого уровня душевного благополучия, у них наблюдаются руминации и повторяющиеся мысли о травмирующем событии. Было проведено исследование [9], призванное разграничить сферы действия ТМТ и РТГ. Оказалось, что на уровень посттравматического роста влияет сила напоминания о смерти (чем ближе человек оказывался к смерти, например, при землетрясении, тем больше он «рос»), а также уровень когнитивной обработки – время и глубина обдумывания опыта смерти.

Быстрое и поверхностное напоминание о смерти скорее приведёт к защитному ответу, чем глубокое и растянутое по времени, считают исследователи.

Между тем, в нарративной психологии считается, что нарушения длительности «я» могут возникать из-за тяжёлых жизненных событий, потерь, а могут и просто из-за крупных приятных или неприятных внешних изменений в жизни (потеря или разрыв с любимым, начало новых любовных отношений, потеря или обретение друзей, тяжелая болезнь или смерть близкого человека, переезд, смена профессии). М. Chandler использует термин «перемены», «изменения» (change) – он является ключевым в его концепции различных типов длительности «я» [10], но другие авторы предпочитают говорить о «разрывах», «прерываниях» длительности (discontinuities, disruptions) [11, 12]. Чем больше таких событий в жизни человека, тем больше автобиографическая память помогает залатать эти «бреши», но только в сочетании с аргументированием и нарративным встраиванием [12]. Bauer J.J. и Vonanno G.A. [11] утверждают, что преобразование прерывания длительности в длительность «я» представляет собой форму развития идентичности. Это развитие способствует пониманию своей жизни с течением времени и приводит к улучшению адаптации. Конструирование личной жизненной истории зависит от способности интернализировать значимые качества прошлых целей и отношений и рассматривать эти качества и отношения как находящие своё проявление в собственной деятельности в настоящем. В нарративной практике такую деятельность называют «пересочинением личной истории» [13]. Человека побуждают вспоминать уникальные жизненные события, характеризующие его как личность, выстроить из них некую закономерность и спроецировать в будущее в форме ожиданий, мечтаний, подробного планирования действий.

Нарративные психологи утверждают [14], что сама нарративная идентичность должна демонстрировать некоторую тематическую, эмоциональную и когнитивную длительность, то есть *постоянство*, характерные способы, которыми люди осмысливают свою жизнь. Chandler, исследуя длительность «я» у суицидальных и несуйцидальных подростков [15, 16], замечает, что длительность «я» является

важным качеством идентичности, которая должна оправдывать разнообразные проявления индивидуальности человека. Он также употребляет термин *persistence* (упорство, постоянство, стойкость), как качество длительности «я», «которое делает нас ответственными за наше прошлое и инвестирует в наше ещё не реализованное будущее» [16]. Он называет длительность «я» стержнем, на котором держится историческое «я». «Если мы не можем понять, почему наше прошлое и предполагаемое будущее являются нашим личным прошлым и будущим, это значит, что у нас не получается жить в соответствии с одним из главных определяющих условий самости (*selfhood*), и мы перестаём быть уникальными личностями в собственных глазах и в глазах других людей», пишет он [16]. Хотя длительность «я» не обязательно осознаётся, она, тем не менее, поддерживает тон и качество самосознания человека и часто становится доступной осознанию в кризисные моменты и переходные времена. Автор также считал, что наше психологическое благополучие зависит от «защитного убеждения, что наше “я” простирается вперед и назад во времени» [16].

Таким образом, длительность «я» – это не всегда осознаваемое ощущение единства и связности, ощущение уникальности своего «я» (возможность посчитать себя только один раз, как говорит Chandler), и оно состоит из значимых, конституирующих «я» воспоминаний о прошлом, длящихся отношений и целей, а также связывающих деятельность человека ценностей. Человек неизбежно претерпевает изменения в процессе жизни, как онтогенетические, так и просто событийные, и преодолевает эти прерывания длительности путём развития и «связывания» опыта – аргументирования, рассуждений. Сильные потрясения приводят к серьёзным прерываниям длительности «я», когда человек уже не может идентифицироваться со своим прошлым, настоящим и будущим, «присвоить» их себе.

В нарративной психологии длительность «я» преимущественно исследуется качественными методами, однако новейшие исследования показывают, что для косвенного измерения этого конструкта подходит «Опросник временной перспективы» Ф. Зимбардо и индекс отклонения от сбалансированной временной перспективы (ОБВП). БВП (сбалансированная временная перспектива) предполагает высокий показатель позитивного прошлого (ПП, *Sedikides* в ряде начальных исследований измерял им ностальгию [3]), умеренно высокий показате-

тель будущего (Б, долгосрочные цели), умеренно высокий показатель гедонистического настоящего (ГН, отношения, впечатления в настоящем, «вкус жизни»), и низкие показатели негативного прошлого (НГ, травма, сожаления) и фаталистического настоящего (ФН, собственно прерывание, неверие в свои силы и способность действовать) [17].

Ещё в 1999 году, предсказывая выявление БВП, Зимбардо и Бойд описали её как «ментальную способность эффективно переключаться между разными ВП в зависимости от характеристик задачи, учета ситуации и личных ресурсов, вместо приверженности какой-то одной ВП, что не является адаптивным в разнообразных ситуациях» [18]. БВП искали через иерархический кластерный анализ профилей [19] и метод отсечений (*cut-off scores*, [20]), и в итоге остановились на вычислении отклонения от БВП (ОБВП, [17]), сами же баллы БВП были выведены на основе предсказаний самого Зимбардо и анализа всего массива международных выборок. Это континуальный, нормально распределённый индикатор с высокой конвергентной валидностью, по сравнению с другими двумя методами [21].

БВП коррелирует с такими переменными как эмоциональный интеллект [22], осознанность [23], такими качествами темперамента как живость и (негативно) эмоциональная реактивность [24], с развитыми исполнительными функциями [25]. Люди с БВП чаще переживают хорошее настроение [26], у них ниже стресс и меньше тревоги [27], меньше проявлений ПТСР после травматических переживаний [24]. Они также иначе переживают время: им кажется, что оно течёт медленнее, на них меньше давят временные рамки, они переживают меньше скуки и рутины [28]. Ещё они больше удовлетворены своими романтическими отношениями [29].

Помимо отношений к смерти и временной перспективе мы измеряли жизнестойкость участников. Понятие жизнестойкости (*hardiness*) было введено в психологию Кобаса и Мадди [30, 31] и изначально описывало характеристики человека, способного успешно справиться с (преимущественно) рабочим стрессом. Было выделено три сферы: вовлечённость (увлечённость своим делом), контроль (принятие ответственности за свою деятельность) и принятие риска (готовность принимать вызовы ситуации, рисковать в работе). Но затем Мадди стал считать эти жизнестойкие отношения к делу операционализацией экзистенциального мужества [32], то есть распростра-

нил их за пределы рабочей среды на всю жизнь человека. «Жизнестойкие отношения структурируют, что вы думаете о своих взаимодействиях с миром вокруг себя, и обеспечивают вам мотивацию делать то, что трудно» [31]. Мы предположили, что эта переменная, как её охарактеризовал автор, даёт дополнительное к временной перспективе измерение длительности «я» - упорство и стойкость.

Мы предположили, что отношения к смерти и страхи смерти будут коррелировать с разными временными перспективами таким образом, что возможно будет выделить адаптивные (неконфликтные, вписывающиеся в позитивные представления о себе и своей жизни), защитные (амбивалентные) и неадаптивные (вписывающиеся в негативные представления о себе и своей жизни) взгляды на смерть. Мы поставили перед собой цель проверить описанные выше теории на обширной выборке молодых взрослых и выяснить, какие отношения к смерти оказываются наиболее благоприятными для человека, позволяя ему эффективно функционировать. Ранее мы анализировали отдельные выборки студентов разных специальностей и описали отношения к смерти, характерные для разных профессиональных сред [33], однако более объёмная выборка (около 1000 человек) позволяет лучше понять общие психологические закономерности связи отношений к смерти и времени.

Исследование имеет и прикладное значение в области суицидологии. Ранее мы выяснили, что для людей в остром постсуициде характерен повышенный профиль страхов смерти [34]. Хотя многие клиницисты-практики считают, что все страхи смерти играют защитную, антисуицидальную функцию, и даже предпочитают нагнетать эти переживания в психотерапии, на наш взгляд, страх может являться дополнительным стрессором, приводить к самостигматизации [35, 36]. Выделение адаптив-

ных, неадаптивных и защитных страхов и отношений к смерти на выборке нормы уточнит, какой взгляд на смерть является более благополучным, то есть куда должен быть направлен вектор психологической коррекции суицидальных пациентов. Дальнейшее содержательное исследование этих переменных у суицидентов и психиатров по представленной схеме также поможет понять специфику отношений к смерти в терминах длительности «я» (жизнестойкости и временной направленности) у этой категории пациентов и у тех, кто их лечит, так как, исходя из теорий управления страхом смерти и посттравматического роста, это особые группы людей, которые могут иметь свой, отличный от нормативного, взгляд на смерть, который способен влиять на психотерапевтический рапорт, затруднять или облегчать общение и реабилитацию.

Материал и методы.

*Характеристика выборки.* Сводная выборка составила 967 человек (табл. 1): 457 респондентов были юношами, 503 – девушками, у 7 человек пол не был указан. Возраст участников от 17 до 37 (M=20, SD=1,97).

Участие в исследовании проходило очно, в рамках коллективных занятий, и являлось добровольным.

*Инструменты* (в порядке предъявления):

1. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо [18, адаптация 37], раскрывающий позитивную и негативную оценку прошлого и настоящего, а также будущего опрашиваемого. Кроме того, мы рассчитывали ОБВП по формуле [17], и низкий показатель соответствовал меньшему расхождению с идеальной БВП, а высокий – с высоким расхождением.

2. Опросник жизнестойкости [38, адаптация 39], измеряющий общую жизнестойкость личности, вовлеченность в деятельность, контроль над ней и готовность рисковать, отвечать на вызовы среды.

Таблица 1

Демографические показатели сводной выборки

Показатель	Москва, ГУУ, n=156	Москва, МГТУ им. Н.Э. Баумана, n=283	Рязань РГМУ, n=122	Тула, МИ ТГУ n=83	Чебоксары ЧГУ n=323
Возраст	18-24 M=19,79 SD=1,1	17-22 M=19,00 SD=0,67	17-22 M=19,00 SD=0,67	16-28 M=21,23 SD=2,44	17-37 M=20,2 SD=2,3
Пол	39 юношей, 117 девушек	280 юношей, 3 девушки	29 юношей, 88 девушек, 5 не указано	20 юношей, 62 девушки, 1 не указан	89 юношей, 233 девушек, 1 не указан
Специализация	Психология, социология, менеджмент	Инженерное дело	Лечебное дело	Лечебное дело	Лечебное дело, стоматология, психология, юриспруденция, менеджмент

Таблица 2

Корреляции опросников «Отношение к смерти» и «Страх личной смерти» с методиками измерения длительности «я»

Показатель	НП	ГН	Б	ПП	ФН	ОБВП	В	К	Р	Ж
1. ППС	0,15***	0,13***	-0,07*	0,09**	0,26***	0,10**	-0,14***	-0,16***	-0,22***	-0,20***
2. ИТС	-0,09**		0,21***	0,22***	-0,07*	-0,20***	0,23***	0,15***	0,07*	0,17***
3. СС	0,16***	0,08*		0,13***	0,13***		-0,16***	-0,20***	-0,20***	-0,21***
4. ПСБ	0,30***	0,13***	-0,18***	-0,13***	0,34***	0,30***	-0,36***	-0,28***	-0,39***	-0,39***
5. НПС	-0,08*		0,11**		-0,13***	-0,10**	0,12**	0,08*	0,15***	0,13***
6. ПДЛ		0,07*	0,17***	0,10**	-0,08*	-0,10**	0,09**			
7. ПДТ	0,25***	0,17***			0,25***	0,16***	-0,22***	-0,20***	-0,34***	-0,29***
8. ТП	0,14***	0,12***		0,10**	0,14***		-0,09*	-0,15***	-0,21***	-0,17***
9. ПДБ			0,19**	0,17***	-0,09**	-0,12***	0,16***	0,08*	0,08*	0,12***
10. СЗ	0,31***	0,09**	-0,11**	-0,11**	0,28***	0,26***	-0,34***	-0,27***	-0,35***	-0,36***
M	2,6	3,3	3,7	3,8	2,5	2,0	3,0	2,8	2,9	8,8
SD	0,76	0,56	0,56	0,58	0,67	0,75	0,49	0,44	0,54	1,33

ППС – Принятие-приближение смерти, ИТС – Избегание темы смерти, СС – Страх смерти, ПСБ – Принятие смерти как бегства, НПС – нейтральное принятие смерти, ПДЛ – последствия смерти для личности, ПДТ – последствия смерти для тела, ТП – трансцендентные последствия, ПДБ – последствия смерти для близких, СЗ – страх забвения. НП – Негативное прошлое, ГН – Гедонистическое настоящее, Б – Будущее, ПП – Позитивное прошлое, ФН – Фаталистическое настоящее, ОБВП – отклонение от сбалансированной временной перспективы, В – Вовлеченность, К – Контроль, Р – Принятие риска, Ж – Жизнестойкость.

Достоверность корреляций: \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$

3. Краткий опросник «Отношение к смерти» [40, адаптация 41] показывает различные отношения принятия, страха и избегания темы смерти в повседневной жизни.

4. Краткий опросник «Страх личной смерти» [42, адаптация 41] показывает страхи смерти в трех измерениях: внутриличностном, межличностном и надличностном, которые, в свою очередь, делятся на внутренние группы.

Обработка результатов проводилась в программе SPSS 20.0 с использованием корреляционного анализа Пирсона, иерархического регрессионного анализа и модерационного анализа в пакете PROCESS.

Результаты.

*Корреляционный анализ.*

Как видно из табл. 2, шкала «Принятие-приближение смерти» (вера в жизнь после смерти, в рай) на российской выборке оказалась положительно связана с негативной временной перспективой (шкалами «Негативного прошлого», «Фаталистического настоящего», негативно – со шкалой «Будущего»), однако она все же давала некоторый противовес и была слабо связана также с «Позитивным прошлым» и «Гедонистическим настоящим». Но при этом у неё наблюдалась отрицательная корреляция со всеми шкалами «Жизнестойкости» и положительная связь с ОБВП. То есть можно сказать, что это отношение является

противоречивой, неустойчивой позицией, скорее защитной.

Шкала «Избегание темы смерти» была отрицательно связана с негативной ВП (шкалами «Негативного прошлого» и «Фаталистического настоящего») и положительно – с позитивной ВП (шкалами «Будущего» и «Позитивного прошлого») и шкалами «Жизнестойкости», отрицательно коррелировала с ОБВП. То есть избегание, вытеснение страхов смерти оказалось не негативным, а скорее адаптивным явлением.

Шкала «Страх смерти» была положительно связана с негативной ВП и отрицательно – с «Жизнестойкостью», но при этом имела положительную корреляцию с «Позитивным прошлым» и «Гедонистическим настоящим», и этим отчасти перекликалась с «Принятием - приближением смерти» – это тоже неравновесная, несбалансированная позиция, в которой психологические защиты (гедонизм, ностальгия) сочетаются с низкой работоспособностью (жизнестойкостью). Связи с ОБВП не наблюдалось.

Шкала «Принятие смерти как бегства» оказалась наиболее неблагоприятной: она умеренно (на уровне 0,3;  $p < 0,001$ ) положительно коррелировала с негативной ВП, отрицательно – с позитивной ВП (за исключением шкалы «Гедонистического настоящего») и шкалами «Жизнестойкости». Корреляция с ОБВП была также умеренно высокой для данных конструктов.

Шкала «Нейтральное принятие смерти» была наиболее благополучна, хотя её корреляции были невысоки. Она отрицательно коррелировала с негативной ВП, не имела корреляций с «Позитивным прошлым» и «Гедонизмом», зато была положительно связана со шкалой «Будущего» и шкалами «Жизнестойкости». Корреляция с ОБВП была отрицательной. По мнению авторов теории управления смыслом, это наиболее благоприятный взгляд на смерть, но и самый сложный.

«Страх последствий для личности» был положительно связан с позитивной ВП («Гедонистическим настоящим», «Будущим», «Позитивным прошлым»), с «Вовлечённостью», отрицательно – с «Фаталистическим настоящим» о ОБВП. Это страх за «Я», он представляется нам наиболее обыденным.

«Страх последствий для тела», напротив, отличается положительной корреляцией с негативной ВП, «Гедонистическим настоящим» и ОБВП, отсутствием связей с позитивной ВП, отрицательно связан со всеми шкалами «Жизнестойкости».

«Страх трансцендентных последствий» (неопределённости того, что произойдёт после смерти) положительно связан с негативной ВП, «Гедонистическим настоящим», «Позитивным прошлым», отрицательно – с «Жизнестойкостью». Связь с ОБВП отсутствует. То есть это неравновесная, несбалансированная позиция, которая требует психологических защит, по версии ТМТ.

«Страх последствий для близких» наиболее адаптивен из всех страхов: он положительно связан с позитивной ВП («Будущим» и «Позитивным прошлым», без «Гедонистического настоящего») и всеми шкалами «Жизнестойкости», и отрицательно – с «Фаталистическим настоящим» и ОБВП. Это заботливое отношение к родным, понимание, что им будет плохо, если респондента не станет.

«Страх забвения» наиболее проблемен: он умеренно (на уровне 0,3;  $p < 0,001$ ) связан с негативной ВП («Негативным прошлым» и «Фаталистическим настоящим»), ОБВП, отрицательно – «Будущим» и «Позитивным прошлым», и столь же высоко отрицательно коррелирует со шкалами «Жизнестойкости».

Таким образом, можно выделить *адаптивное* отношение к смерти: это показатели «Нейтрального принятия» и «Избегания темы

смерти», а также «Страх за близких» и «Страх за свою личность»; *защитное* – «Страх смерти», «Принятие-приближение смерти» и «Страх трансцендентных последствий»; и *неадаптивное* отношение: «Принятие смерти как бегства», повышенный «Страх последствий для тела» и «Страх забвения».

*Обобщенный иерархический регрессионный анализ и модерационный анализ.*

Мы предположили, что индекс ОБВП и общий балл жизнестойкости будут вносить значимый вклад в каждое отношение или страх смерти, и для этого провели иерархический регрессионный анализ. Мы не ожидали, что этот вклад будет высоким, так как эти показатели дают лишь общее представление о позитивности или негативности временной перспективы и общей жизнестойкости, без деталей. Однако мы сочли эти показатели достаточно важными, хоть в небольшой степени, но определяющими личный взгляд человека на смерть.

Как видно из табл. 3, ОБВП на уровне 1% предсказывает балл по шкале «Принятие-приближение к смерти»: чем выше индекс (больше отклонение от «идеальной» ВП), тем больше человек верит в рай. После введения переменной жизнестойкости, индекс ОБВП перестаёт быть значимым, но сама жизнестойкость уже на уровне почти 4% определяет показатель по шкале: чем ниже балл «Жизнестойкости», тем он выше. Таким образом, исходя из этих данных, «Принятие-приближение к смерти» скорее можно отнести к неадаптивным взглядам на смерть, а не к защитным (конфликтным).

Показатель «Избегание темы смерти» оказался скорее адаптивным, поскольку вклад ОБВП в него отрицательный (малое отклонение от «идеальной» ВП), а жизнестойкости – положительный. Модерационный эффект еще более заострил эти отношения (рис. 1): низкий индекс ОБВП во всех случаях предсказывает высокий показатель по шкале, а низкая жизнестойкость при повышении индекса ОБВП способствует резкому снижению избегания. Этот результат свидетельствует в пользу теории нарушения буфера тревоги [43]: при высоком отклонении от сбалансированной ВП (преобладании негативной ВП и нехватке позитивного взгляда на свою жизнь) и снижении жизнестойкости человек перестает избегать мыслей и сообщений о смерти.

Таблица 3

Обобщённый иерархический регрессионный анализ: вклад длительности «я» в показатели отношений к смерти и страха смерти

ЗП	НП	B	SE	t	p	CI
Принятие-приближение смерти	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,01, F(1,926)=9,104, p=0,003</i>					
	ОБВП	0,186	0,062	3,02	0,003	[0,07; 0,31]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,037, F(2,925)=17,784, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,032	0,074	-0,43	0,671	[-0,18; 0,11]
Избегание темы смерти	Жизнестойкость	-0,213	0,042	-5,12	<0,001	[-0,3; -0,13]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,038, F(1,926)=36,695, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,402	0,066	-6,06	<0,001	[-0,53; -0,27]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,043, F(2,925)=20,679, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,304	0,081	-3,76	<0,001	[-0,46; -0,15]
	Жизнестойкость	0,097	0,045	2,13	0,034	[0,01; 0,19]
	<i>Модерация: R<sup>2</sup><sub>change</sub>=0,006, F(1,924)=5,959, p=0,015</i>					
	ОБВП	-0,249	0,084	-2,98	0,003	[-0,41; -0,09]
	Жизнестойкость	0,081	0,046	1,77	0,078	[-0,01; 0,17]
	ОБВП x Жизнестойкость	0,110	0,045	2,44	0,015	[0,02; 0,20]
Страх смерти	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,001, F(1,926)=0,548, p=0,46</i>					
	ОБВП	0,047	0,063	0,74	0,460	[-0,08; 0,17]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,053, F(2,925)=26,051, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,261	0,075	-3,49	0,001	[-0,41; -0,11]
	Жизнестойкость	-0,302	0,042	-7,18	<0,001	[-0,38; -0,22]
	<i>Модерация: R<sup>2</sup><sub>change</sub>=0,004, F(1,924)=4,059, p=0,044</i>					
	ОБВП	-0,219	0,078	-2,83	0,005	[-0,37; -0,07]
	Жизнестойкость	-0,314	0,042	-7,40	<0,001	[-0,40; -0,23]
ОБВП x Жизнестойкость	0,084	0,042	2,01	0,044	[0,002; 0,17]	
Принятие бегства от смерти	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,092, F(1,926)=93,642, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	0,558	0,058	9,68	<0,001	[0,45; 0,67]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,158, F(2,925)=86,772, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	0,227	0,068	3,35	0,001	[0,09; 0,36]
Нейтральное принятие смерти	Жизнестойкость	-0,325	0,038	-8,52	<0,001	[-0,40; -0,25]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,009, F(1,917)=8,546, p=0,004</i>					
	ОБВП	-0,157	0,054	-2,92	0,004	[-0,26; -0,05]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,018, F(2,916)=8,428, p&lt;0,001</i>					
Страх последствий смерти для личности	ОБВП	-0,05	0,065	-0,76	0,446	[-0,18; 0,08]
	Жизнестойкость	0,105	0,037	2,87	0,004	[0,03; 0,18]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,011, F(1,917)=10,62, p=0,001</i>					
	ОБВП	-0,209	0,064	-3,26	0,001	[-0,33; -0,08]
Страх последствий смерти для тела	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,012, F(2,916)=5,345, p=0,005</i>					
	ОБВП	-0,221	0,078	-2,83	0,005	[-0,38; -0,07]
	Жизнестойкость	-0,012	0,044	-0,28	0,777	[-0,10; 0,07]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,025, F(1,917)=23,845, p&lt;0,001</i>					
Страх трансцендентных последствий	ОБВП	0,362	0,074	4,88	<0,001	[0,22; 0,51]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,081, F(2,916)=40,325, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,013	0,088	-0,14	0,887	[-0,19; 0,16]
	Жизнестойкость	-0,370	0,050	-7,44	<0,001	[-0,47; -0,27]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,001, F(1,917)=0,778, p=0,378</i>					
	ОБВП	0,068	0,077	0,88	0,378	[-0,08; 0,22]
Страх последствий для близких	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,034, F(2,916)=15,934, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,227	0,092	-2,46	0,014	[-0,41; -0,05]
	Жизнестойкость	-0,291	0,052	-5,57	<0,001	[-0,39; -0,19]
	<i>Модерация: R<sup>2</sup><sub>change</sub>=0,005, F(1,915)=4,797, p=0,029</i>					
	ОБВП	-0,172	0,096	-1,80	0,073	[-0,36; 0,02]
	Жизнестойкость	-0,308	0,053	-5,84	<0,001	[-0,41; -0,20]
Страх забвения	ОБВП x Жизнестойкость	0,113	0,052	2,19	0,029	[0,01; 0,21]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,016, F(1,917)=14,74, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	-0,246	0,064	-3,84	<0,001	[-0,37; -0,12]
	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,019, F(2,916)=8,942, p&lt;0,001</i>					
Страх забвения	ОБВП	-0,167	0,078	-2,14	0,033	[-0,32; -0,01]
	Жизнестойкость	0,078	0,044	1,76	0,078	[-0,01; 0,17]
	<i>Шаг 1. R<sup>2</sup>=0,066, F(1,917)=64,576, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	0,470	0,059	8,04	<0,001	[0,36; 0,59]
Страх забвения	<i>Шаг 2. R<sup>2</sup>=0,132, F(2,916)=69,585, p&lt;0,001</i>					
	ОБВП	0,141	0,069	2,05	0,041	[0,01; 0,28]
	Жизнестойкость	-0,325	0,039	-8,35	<0,001	[-0,40; -0,25]

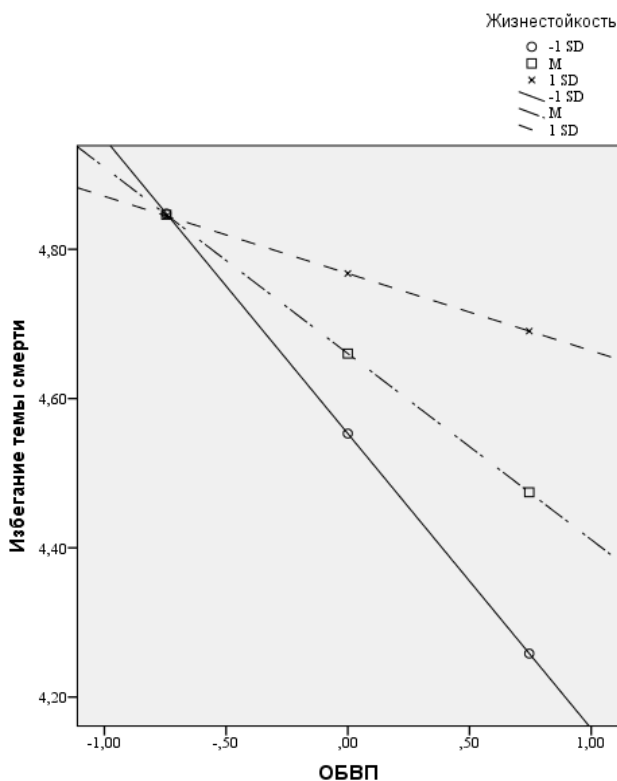


Рис. 1. Зависимость показателя «Избегание темы смерти» от индекса ОБВП при сниженном, умеренном и повышенном показателе «Жизнестойкости».

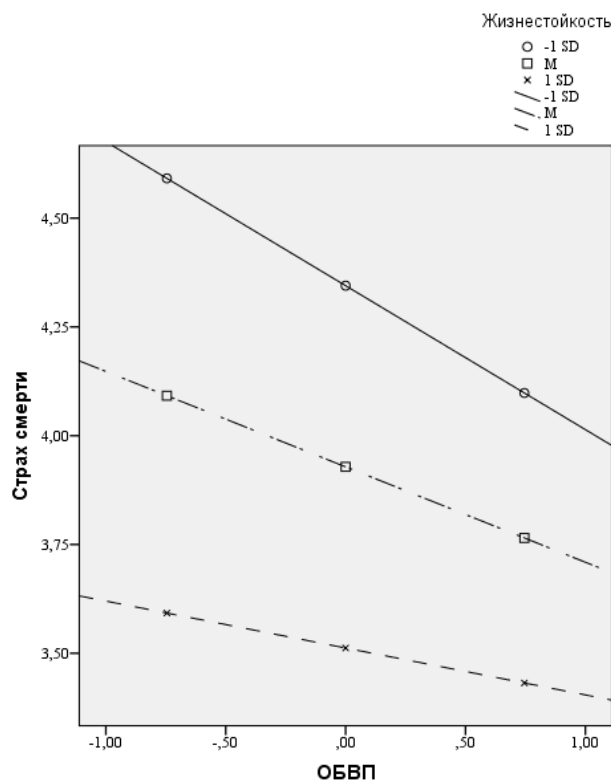


Рис. 2. Зависимость показателя «Страх смерти» от индекса ОБВП при сниженном, умеренном и повышенном уровне показателя «Жизнестойкости».

Индекс ОБВП сам по себе не предсказывал показатель «Страх смерти», однако он стал значим вкпе с переменной «Жизнестойкости», и это конфликтные (защитные) отношения: чем сбалансированней у человека временная перспектива и чем менее он жизнестоек, тем больше он боится смерти. В этой модели также оказался значим эффект модерации (рис. 2): низкая жизнестойкость предсказывала более высокий страх смерти. Этот результат объясняет теория управления страхом смерти и исследования об источении волевого ресурса [44]: когда человек воспринимает свою жизненную историю позитивно, но его общая жизнестойкость низка, страх смерти пробивается в сознание, так как он ощущает, что ему потенциально есть что терять. Однако при «ухудшении» нарратива в условиях низкой жизнестойкости показатель «Страх смерти» снижается, и это уже объяснимо в рамках теории нарушении буфера тревоги – человек становится более равнодушен к угрозам [43]. Тем не менее, высокая жизнестойкость при любом нарративе (индексе ОБВП) соответствовала низкому показателю «Страх смерти», то есть выполняла роль первичного буфера тревожности [1, 2].

Показатель «Принятие смерти как бегства» не адаптивен: высокий индекс ОБВП на уровне 1% процента, а ОБВП и «Жизнестойкость» вместе на уровне 16% предсказывают балл по этой шкале. Чем негативней жизненная история (больше прерываний, травм, неверия в свои силы) и, чем менее жизнестоек человек, чем больше он принимает смерть как бегство. Это также объяснимо в рамках теории нарушения буфера тревоги [43].

Низкий индекс ОБВП предсказывает повышенный балл «Нейтрального принятия смерти», этот эффект берет на себя переменная «Жизнестойкости», когда в уравнение вводится оба показателя, то есть это адаптивное отношение к смерти, как и было предсказано в теории управления смыслом [6].

Для переменной «Страх последствий смерти для личности» в обобщённой модели важен только индекс ОБВП – чем он ниже, тем больше человек боится потерять свое «я». Это объяснимо в первую очередь в рамках теории управления смыслом: страх есть там, где есть что терять.

«Страх последствий для тела» оказывается совершенно неадаптивным: почти 3% диспер-



сии объясняет высокий индекс ОБВП и 8% низкий балл «Жизнестойкости» при сохранении ОБВП в модели. О страхе за тело много писали исследователи теории управления страхом смерти: он, как правило, сочетается с сильной неуверенностью в себе [45].

Отдельно ОБВП не объясняет показатель «Страх трансцендентных последствий», но индекс становится значим вместе с баллом «Жизнестойкости», и это конфликтные отношения. Модерационный анализ показывает (рис. 3), что так же, как и с показателем «Страх смерти», наиболее адаптивными оказываются люди с высокой жизнестойкостью вне зависимости от индекса ОБВП, а низкое отклонение от сбалансированной ВП и низкая жизнестойкость дают самый высокий показатель «Страха трансцендентных последствий». Опять-таки, если человеку есть что терять, а его жизненные силы истощены, он больше боится неизвестности смерти.

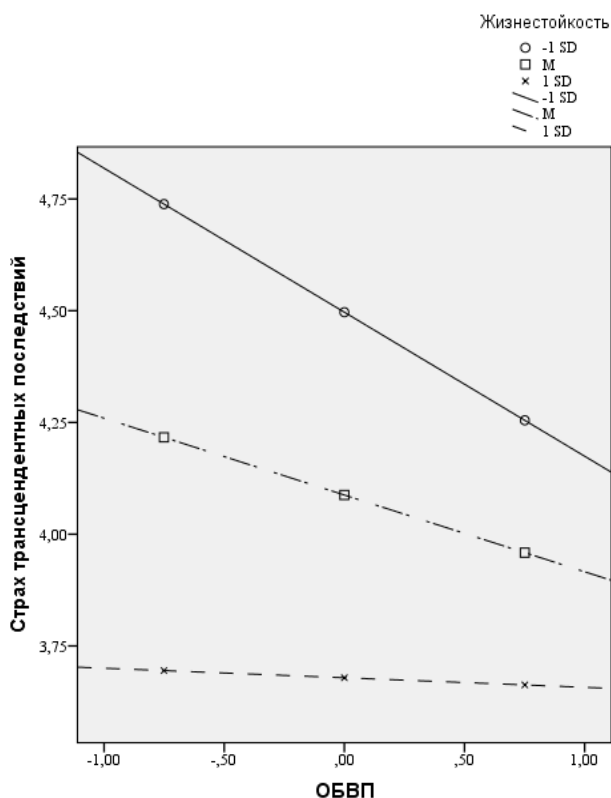


Рис. 3. Зависимость показателя «Страх трансцендентных последствий» от индекса ОБВП при сниженном, умеренном и повышенном уровне показателя «Жизнестойкости».

Показатель «Страх последствий для близких» определяется только через ОБВП, и это адаптивный страх.

Показатель «Страх забвения» значимо предсказывается как отдельно повышенным индексом ОБВП, так и низким баллом «Жизнестойкости», то есть это неадаптивный взгляд.

*Подробный иерархический регрессионный анализ.*

Мы предположили, что отдельные временные ориентации и измерения жизнестойкости с большей надёжностью смогут предсказать взгляды на смерть, и поставили перед собой задачу проверить, какие переменные внесут значимый вклад в каждое отношение к смерти и страх смерти. Мы предположили, что в каждой модели будут важны как те или иные временные перспективы, так и измерения жизнестойкости.

Временные ориентации ПП и ФН объясняли 8% дисперсии показателя «Принятие-приближение смерти», и около 10% при добавлении измерений «Жизнестойкости» (табл. 4). В целом, в рай верили молодые люди, у которых было много позитивных воспоминаний, но при этом они фаталистично смотрели на мир и боялись рисковать. То есть в соответствии с развернутым анализом, это все-таки защитный взгляд на смерть, в который вносят значимый вклад как положительная (ПП), так и отрицательные психологические характеристики.

«Избегание темы смерти» объяснялись через низкий балл ГН, высокий Б, ПП и ФН, а также высокий балл «Вовлечённости» и сниженный – «Принятия риска», и это опять-таки конфликтный, на первый взгляд противоречивый подход. Это позиция человека с преобладанием позитивного жизненного опыта, но столкнувшегося с прерыванием в настоящем (ФН), поэтому он остается вовлеченным в деятельность и старается не рисковать. То есть данный паттерн объясним в рамках теории управления смыслом – избегание темы смерти появляется там, где есть, что терять.

Одновременно НП и ПП предсказывают 5% дисперсии показателя «Страх смерти». При добавлении переменных «Жизнестойкости» НП перестает быть значимым, показатель предсказывается низким баллом «Контроля» и «Принятия риска». Это классическая защита, описанная Sedikides [3, 4]: ностальгия играет роль буфера тревоги при проникновении в сознание страха смерти и делает человека менее склонным к риску.

Таблица 4

Подробный иерархический регрессионный анализ: вклад разных временных ориентаций и показателей жизнестойкости в конструкторы отношений к смерти и страхов смерти

ЗП	НП	B	SE	t	p	CI
Принятие-приближение смерти	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,081, F(5,922)=16,32, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,009	0,077	-0,11	0,910	[-0,16; 0,14]
	Гедонистическое настоящее	0,064	0,086	0,75	0,456	[-0,11; 0,23]
	Будущее	0,037	0,090	0,41	0,682	[-0,14; 0,21]
	Позитивное прошлое	0,275	0,082	3,35	0,001	[0,11; 0,44]
	Фаталистическое настоящее	0,560	0,093	6,04	<0,001	[0,38; 0,74]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,096, F(8,919)=12,157, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,148	0,089	-1,67	0,096	[-0,32; 0,03]
	Гедонистическое настоящее	0,117	0,087	1,34	0,180	[-0,05; 0,29]
	Будущее	0,031	0,093	0,33	0,743	[-0,15; 0,21]
	Позитивное прошлое	0,258	0,083	3,12	0,002	[0,10; 0,42]
	Фаталистическое настоящее	0,472	0,097	4,88	<0,001	[0,28; 0,66]
	Вовлечённость	0,145	0,164	0,89	0,376	[-0,18; 0,47]
	Контроль	-0,029	0,163	-0,18	0,858	[-0,35; 0,29]
Принятие риска	-0,474	0,131	-3,61	<0,001	[-0,73; -0,22]	
Избегание темы смерти	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,082, F(5,922)=16,486, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,147	0,084	-1,75	0,081	[-0,31; 0,02]
	Гедонистическое настоящее	-0,243	0,094	-2,57	0,010	[-0,43; -0,06]
	Будущее	0,443	0,098	4,50	<0,001	[0,25; 0,64]
	Позитивное прошлое	0,485	0,090	5,41	<0,001	[0,31; 0,66]
	Фаталистическое настоящее	0,230	0,101	2,26	0,024	[0,03; 0,43]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,118, F(8,919)=15,43, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,022	0,096	-0,24	0,815	[-0,21; 0,17]
	Гедонистическое настоящее	-0,233	0,094	-2,48	0,013	[-0,42; -0,05]
	Будущее	0,296	0,101	2,93	0,003	[0,10; 0,49]
	Позитивное прошлое	0,409	0,089	4,58	<0,001	[0,23; 0,58]
	Фаталистическое настоящее	0,262	0,104	2,51	0,012	[0,06; 0,47]
	Вовлечённость	1,001	0,177	5,65	<0,001	[0,65; 1,35]
	Контроль	-0,122	0,176	-0,69	0,489	[-0,47; 0,22]
Принятие риска	-0,376	0,142	-2,65	0,008	[-0,65; -0,10]	
Страх смерти	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,049, F(5,922)=9,49, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,267	0,080	3,35	0,001	[0,11; 0,42]
	Гедонистическое настоящее	-0,027	0,089	-0,31	0,760	[-0,20; 0,15]
	Будущее	0,067	0,093	0,72	0,473	[-0,12; 0,25]
	Позитивное прошлое	0,365	0,085	4,29	<0,001	[0,20; 0,53]
	Фаталистическое настоящее	0,154	0,096	1,60	0,110	[-0,04; 0,34]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,077, F(8,919)=9,545, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,049	0,091	0,53	0,594	[-0,13; 0,23]
	Гедонистическое настоящее	0,042	0,089	0,47	0,640	[-0,13; 0,22]
	Будущее	0,158	0,096	1,64	0,101	[-0,03; 0,35]
	Позитивное прошлое	0,351	0,085	4,13	<0,001	[0,19; 0,52]
	Фаталистическое настоящее	-0,001	0,099	-0,01	0,994	[-0,20; 0,20]
	Вовлечённость	0,031	0,169	0,19	0,852	[-0,30; 0,36]
	Контроль	-0,509	0,168	-3,03	0,002	[-0,84; -0,18]
Принятие риска	-0,312	0,135	-2,31	0,021	[-0,58; -0,05]	
Принятие смерти как бегства	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,132, F(5,922)=28,022, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,259	0,073	3,54	<0,001	[0,12; 0,40]
	Гедонистическое настоящее	0,034	0,082	0,41	0,679	[-0,13; 0,20]
	Будущее	-0,103	0,086	-1,21	0,228	[-0,27; 0,07]
	Позитивное прошлое	-0,159	0,078	-2,04	0,042	[-0,31; -0,01]
	Фаталистическое настоящее	0,432	0,088	4,91	<0,001	[0,26; 0,61]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,186, F(8,919)=26,246, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,038	0,082	-0,47	0,640	[-0,20; 0,12]
	Гедонистическое настоящее	0,113	0,081	1,40	0,162	[-0,05; 0,27]
	Будущее	-0,063	0,087	-0,73	0,468	[-0,23; 0,11]
	Позитивное прошлое	-0,137	0,077	-1,79	0,074	[-0,29; 0,01]
	Фаталистическое настоящее	0,284	0,090	3,17	0,002	[0,11; 0,46]
	Вовлечённость	-0,374	0,152	-2,46	0,014	[-0,67; -0,08]
	Контроль	0,281	0,151	1,86	0,064	[-0,02; 0,58]
Принятие риска	-0,678	0,122	-5,57	<0,001	[-0,92; -0,44]	

Таблица 4 (продолжение)

Нейтральное принятие смерти	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,024, F(5,922)=4,547, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,037	0,069	-0,53	0,597	[-0,17; 0,10]
	Гедонистическое настоящее	0,134	0,077	1,74	0,083	[-0,02; 0,29]
	Будущее	0,164	0,081	2,02	0,043	[0,01; 0,32]
	Позитивное прошлое	0,011	0,074	0,16	0,877	[-0,13; 0,16]
	Фаталистическое настоящее	-0,182	0,083	-2,19	0,029	[-0,35; -0,02]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,036, F(8,919)=4,293, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,057	0,080	0,72	0,472	[-0,10; 0,21]
	Гедонистическое настоящее	0,104	0,078	1,34	0,182	[-0,05; 0,26]
	Будущее	0,182	0,084	2,17	0,030	[0,02; 0,35]
	Позитивное прошлое	0,010	0,074	0,14	0,890	[-0,14; 0,16]
	Фаталистическое настоящее	-0,139	0,087	-1,60	0,111	[-0,31; 0,03]
	Вовлечённость	0,036	0,148	0,25	0,806	[-0,25; 0,33]
	Контроль	-0,214	0,147	-1,46	0,145	[-0,50; 0,07]
Принятие риска	0,353	0,118	2,99	0,003	[0,12; 0,59]	
Страх последствий смерти для личности	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,039, F(5,913)=7,466, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,110	0,083	1,32	0,187	[-0,05; 0,27]
	Гедонистическое настоящее	0,250	0,093	2,70	0,007	[0,07; 0,43]
	Будущее	0,364	0,097	3,77	<0,001	[0,18; 0,55]
	Позитивное прошлое	0,088	0,089	0,99	0,324	[-0,09; 0,26]
	Фаталистическое настоящее	-0,175	0,100	-1,75	0,081	[-0,37; 0,02]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,046, F(8,910)=5,465, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,110	0,096	1,15	0,251	[-0,08; 0,30]
	Гедонистическое настоящее	0,266	0,094	2,83	0,005	[0,08; 0,45]
	Будущее	0,351	0,101	3,48	0,001	[0,15; 0,55]
	Позитивное прошлое	0,053	0,090	0,59	0,557	[-0,12; 0,23]
	Фаталистическое настоящее	-0,203	0,104	-1,95	0,052	[-0,41; 0,002]
	Вовлечённость	0,413	0,177	2,34	0,020	[0,07; 0,76]
	Контроль	-0,332	0,176	-1,89	0,060	[-0,68; 0,01]
Принятие риска	-0,123	0,141	-0,87	0,383	[-0,40; 0,15]	
Страх последствий смерти для тела	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,084, F(5,913)=16,768, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,325	0,095	3,42	0,001	[0,14; 0,51]
	Гедонистическое настоящее	0,191	0,106	1,81	0,070	[-0,02; 0,40]
	Будущее	0,064	0,110	0,58	0,560	[-0,15; 0,28]
	Позитивное прошлое	0,167	0,101	1,65	0,099	[-0,03; 0,37]
	Фаталистическое настоящее	0,388	0,114	3,40	0,001	[0,16; 0,61]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,137, F(8,910)=18,102, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,002	0,107	0,02	0,986	[-0,21; 0,21]
	Гедонистическое настоящее	0,307	0,104	2,95	0,003	[0,10; 0,51]
	Будущее	0,043	0,112	0,39	0,701	[-0,18; 0,26]
	Позитивное прошлое	0,140	0,100	1,40	0,161	[-0,06; 0,34]
	Фаталистическое настоящее	0,194	0,116	1,68	0,094	[-0,03; 0,42]
	Вовлечённость	0,194	0,196	0,99	0,323	[-0,19; 0,58]
	Контроль	0,116	0,195	0,59	0,553	[-0,27; 0,50]
Принятие риска	-1,099	0,156	-7,03	<0,001	[-1,41; -0,79]	
Страх трансцендентных последствий	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,046, F(5,913)=8,726, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,213	0,099	2,15	0,032	[0,02; 0,41]
	Гедонистическое настоящее	0,172	0,111	1,56	0,120	[-0,05; 0,39]
	Будущее	0,239	0,115	2,08	0,038	[0,01; 0,47]
	Позитивное прошлое	0,280	0,106	2,64	0,008	[0,07; 0,49]
	Фаталистическое настоящее	0,263	0,119	2,21	0,027	[0,03; 0,50]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,083, F(8,910)=10,253, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	-0,027	0,113	-0,24	0,810	[-0,25; 0,19]
	Гедонистическое настоящее	0,276	0,110	2,51	0,012	[0,06; 0,49]
	Будущее	0,236	0,118	2,00	0,046	[0,004; 0,47]
	Позитивное прошлое	0,216	0,105	2,05	0,041	[0,01; 0,42]
	Фаталистическое настоящее	0,076	0,122	0,62	0,533	[-0,16; 0,32]
	Вовлечённость	0,654	0,207	3,15	0,002	[0,25; 1,06]
	Контроль	-0,520	0,207	-2,52	0,012	[-0,93; -0,11]
Принятие риска	-0,851	0,165	-5,15	<0,001	[-1,18; -0,53]	

Таблица 4 (продолжение)

Страх последствий для близких	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,050, F(5,913)=9,616, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,105	0,083	1,27	0,206	[-0,06; 0,27]
	Гедонистическое настоящее	-0,057	0,093	-0,61	0,540	[-0,24; 0,13]
	Будущее	0,332	0,096	3,44	0,001	[0,14; 0,52]
	Позитивное прошлое	0,339	0,089	3,82	<0,001	[0,17; 0,51]
	Фаталистическое настоящее	-0,100	0,100	-1,01	0,315	[-0,30; 0,10]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,067, F(8,910)=8,166, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,216	0,095	2,26	0,024	[0,03; 0,40]
	Гедонистическое настоящее	-0,067	0,093	-0,71	0,475	[-0,25; 0,12]
	Будущее	0,283	0,100	2,83	0,005	[0,09; 0,48]
	Позитивное прошлое	0,290	0,089	3,25	0,001	[0,12; 0,47]
	Фаталистическое настоящее	-0,074	0,104	-0,71	0,475	[-0,28; 0,13]
	Вовлечённость	0,637	0,176	3,63	<0,001	[0,29; 0,98]
	Контроль	-0,384	0,175	-2,19	0,029	[-0,73; -0,04]
Принятие риска	0,031	0,140	0,22	0,823	[-0,24; 0,31]	
Страх забвения	<i>Шаг 1: R<sup>2</sup>=0,107, F(5,913)=21,808, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,381	0,076	5,05	<0,001	[0,23; 0,53]
	Гедонистическое настоящее	-0,011	0,084	-0,13	0,897	[-0,18; 0,15]
	Будущее	0,017	0,088	0,20	0,844	[-0,16; 0,19]
	Позитивное прошлое	-0,130	0,080	-1,62	0,106	[-0,29; 0,03]
	Фаталистическое настоящее	0,282	0,091	3,11	0,002	[0,10; 0,46]
	<i>Шаг 2: R<sup>2</sup>=0,146, F(8,910)=19,38, p&lt;0,001</i>					
	Негативное прошлое	0,115	0,086	1,35	0,178	[-0,05; 0,28]
	Гедонистическое настоящее	0,056	0,084	0,67	0,502	[-0,11; 0,22]
	Будущее	0,093	0,090	1,04	0,298	[-0,08; 0,27]
	Позитивное прошлое	-0,105	0,080	-1,32	0,187	[-0,26; 0,05]
	Фаталистическое настоящее	0,144	0,093	1,55	0,121	[-0,04; 0,33]
	Вовлечённость	-0,430	0,157	-2,73	0,006	[-0,74; -0,12]
	Контроль	0,078	0,157	0,50	0,618	[-0,23; 0,39]
Принятие риска	-0,430	0,125	-3,43	0,001	[-0,68; -0,18]	

Отношение, которое выражается в шкале «Принятие смерти как бегства», сугубо дезадаптивно, это проявление психологического неблагополучия. НП, ФН, низкая ориентация на ПП объясняют 13% дисперсии этого показателя, а при добавлении переменных «Жизнестойкости» («Вовлечённости» и «Принятие риска») – 19% дисперсии.

Показатель «Нейтрального принятия смерти» предсказывается гораздо трудней. Ориентация на «Будущее» и «Фаталистическое настоящее» (отрицательное) объясняют 2,4% дисперсии, Б и «Принятие риска» – 3,6%, но это определённо адаптивный взгляд.

Показатель «Страх последствий смерти для личности» тоже адаптивен: в него вносят вклад ориентация на ГН, Б и переменная «Вовлечённости» (4,6% дисперсии).

«Страх последствий смерти для тела» при введении только переменных временных ориентаций объясняется высокими баллами НП и ФН, однако при добавлении в модель переменных «Жизнестойкости» на первый план выходит низкое «Принятие риска» и повышенное

ГН (13,7% дисперсии), то есть это конфликтный взгляд на смерть: человек живет настоящим моментом и очень боится рисковать.

«Страх трансцендентных последствий» определяется большим набором характеристик: высокими НП, Б, ПП, ФН (4,6% дисперсии). На втором шаге становятся значимы ГН, Б, ПП (то есть позитивная ВП), а также все шкалы «Жизнестойкости» (8,3% дисперсии): «Вовлечённость» (позитивно), «Контроль» и «Принятие риска» (негативно) – это опять ситуация защиты, конфликта: человек боится неизвестности в смерти, когда опирается на позитивную ВП, но ему не хватает стойкости принять риск и ответственность за ситуацию.

«Страх последствий для близких» определяется через шкалы Б и ПП, на втором шаге помимо них становятся значимы НП, переменная «Вовлечённости» (позитивно) и «Контроля» (негативно, но с меньшим вкладом). Мы бы не стали определять такой взгляд как конфликтный, скорее он вписывается в рамки теории посттравматического роста: это результат опыта (как положительного, так и отрицатель-

ного), вовлечённости в жизнь и, возможно, понимания, что не всё подвластно контролю. Окончательная модель объясняет 6,7% дисперсии признака.

«Страх забвения» объясняется через переменные НП и ФН, однако при введении показателей «Жизнестойкости» эти временные ориентации теряют свою значимость, а на первый план выходят переменные «Вовлеченности» и «Принятия риска» (14,6% дисперсии). Это единственный взгляд на смерть, при котором временная перспектива полностью уступает место показателям «Жизнестойкости», истощению жизненных ресурсов.

Обсуждение результатов.

Wong P.T. [6] чаще наблюдал повышенные баллы по шкале «Принятие-приближение смерти» у терминальных больных и характеризовал этот взгляд скорее как позитивное явление, отмечая чувство умиротворённости таких пациентов. У молодых людей в нашей выборке, студентов, эта шкала соответствовала фаталистичному взгляду на мир и низкой жизнестойкости, которые маскировались (компенсировались, в некоторой степени уравнивались) ориентацией на позитивное прошлое.

Позиция «Избегание темы смерти» по результатам корреляционного анализа казалась наиболее благополучной. Обобщённый анализ это подтвердил. Однако подробный анализ показал, что балл по этой шкале выше при сочетании фаталистичного взгляда на мир, позитивной ВП (за исключением гедонизма), увлечённости деятельностью и избегания рисков, то есть это позиция «на грани»: человек не верит в позитивные изменения, но упорно продолжает действовать в рамках своего «нарратива» (позитивное прошлое, будущее), стараясь при этом не совершать резких движений. Можно метафорически выразиться, что он словно идёт над пропастью, это такое психологическое состояние активации, предположительно, в трудной жизненной ситуации.

«Страх смерти» как таковой, который обычно умеренно коррелирует с «Избеганием темы смерти» [41], даёт противоречивую картину: он положительно связан с позитивной временной перспективой (точнее, с ПП), однако уровень жизнестойкости при нём, как правило, понижается. Это тоже защитный взгляд на смерть.

Шкала «Принятие смерти как бегства» наиболее неблагоприятна, она свидетельствует

о негативном взгляде на свою жизнь, а вот шкала «Нейтральное принятие смерти» подтвердила на нашей выборке идеи P.T. Wong: корреляции невысоки, но они свидетельствуют об адаптивной, незащитной, умеренно позитивной жизненной перспективе людей, которые склонны придерживаться умеренной направленности на будущее и готовы к риску.

Шкала «Страх последствий для личности» весьма позитивна во временном контексте и положительно связана со шкалой «Вовлечённости», то есть это адаптивный показатель. Шкала «Страх последствий за близких» тоже проявляет себя в основном положительно в обеих методиках. Мы склонны расценивать этот взгляд скорее позитивно.

Наиболее очевидный разлад длительности «я»: негативный временной профиль и низкая «Жизнестойкость» – характерен для шкалы «Страх забвения», однако подробный регрессионный анализ раскрывает преимущественно энергетическую составляющую этой позиции (истощение жизнестойкости). У показателя «Страх последствий для тела» в подробном анализе нерезко выражен защитный компонент, хотя в обобщённом регрессионном анализе он скорее дезадаптивен. Для шкалы «Страх трансцендентных последствий» общий негативизм не столь очевиден, этому взгляду присущи и положительные элементы, такие как прямая связь с ПП, ГН, Б наряду со снижением жизнестойкости, то есть этот взгляд тоже можно отнести к защитным (конфликтным).

Выводы:

Данная работа позволяет прояснить связь отношений к смерти и длительности «я», выделить наиболее адаптивные, неадаптивные и защитные способы осмыслить это явление с позиции личностно-временной целостности человека. Невысокий уровень корреляций свидетельствует о сложности соотнесения этих конструктов, однако нам всё-таки удаётся увидеть как защиты, так и тенденции роста, преодоления негативного опыта.

К адаптивным страхам мы отнесли страх за личность и близких, к неадаптивным – страх забвения. Это подтверждается теорией управления страхом смерти: страх последствий для личности относится к буферу тревоги, отвечающему за самооценку, страх последствий для близких относится к надёжной привязанности. Страх забвения – антипод сочетания буфера самооценки и привязанности, так как отражает

не только негативные отношения с близкими, но и культурный страх, что люди забудут дела человека, его жизненный вклад. Страх последствий для тела (или страх телесности) был также описан в теории управления страхом смерти [45] и ещё ранее Becker [46] как брешь в защитах от смерти. Он на грани защитной и неадаптивной позиции. Страх трансцендентных последствий имеет религиозный компонент и потому связан с «Принятием-приближением смерти» [41], это страх неопределённости, неизвестности в смерти, что тоже было описано в теории управления страхом смерти [47]. Это тоже защитный взгляд.

Таким образом, мы видим, что не все страхи одинаково «вредны»: существуют вполне здоровые и адекватные опасения (за себя, за близких), которые показывают, что человеку есть за что держаться в своей жизни, есть что хранить и в позитивном смысле – защищать от угроз, это осознание своего чувства самосохранения [48]. Их ни в коем случае нельзя приравнивать к истощению жизнестойкости (страх неопределённости, страх забвения) или невротическому страху (за тело), которые соответствуют разным вариантам психологического неблагополучия, нарушениям длительности «я».

## Литература:

1. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н. Теория управления страхом смерти: основы, критика и развитие. *Вопросы психологии*. 2014; 2: 125-142.
2. Hart J., Shaver P., Goldenberg J. Attachment, self-esteem, worldviews, and terror management: Evidence for a tripartite security system. *J Pers Soc Psychol*. 2005; 88 (6): 999–1013. doi: 10.1037/0022-3514.88.6.999
3. Sedikides C., Wildschut T., Routledge C., Arndt J. Nostalgia as enabler of self-continuity. In F. Sani (Ed.) *Self-Continuity: Individual and Collective Perspectives*. New York: Psychology Press, 2008. P. 227–239.
4. Sedikides C., Wildschut T., Routledge C., Arndt J. Nostalgia counteracts self-discontinuity and restores self-continuity. *Eur J Soc Psychol*. 2015; 45 (1): 52-61. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2073>
5. Landau M., Greenberg J., Solomon S. The never-ending story: A terror management perspective on the psychological function of self-continuity. In F. Sani (Ed.) *Self-Continuity: Individual and Collective Perspectives*. New York: Psychology Press, 2008. P. 87–100.
6. Wong P.T. Meaning management theory and death acceptance. In A. Tomer, G.T. Eliason, P.T. Wong. (Eds.) *Existential and spiritual issues in death attitudes*. N.Y.: Lawrence Erlbaum Associates, 2007. P. 65 – 87.
7. Cozzolino P. Death contemplation, growth and defense: Converging evidence of dual-existential systems? *Psychological Inquiry*. 2006; 17 (4): 278–287. <https://doi.org/10.1080/10478400701366944>
8. Cozzolino P., Staples A., Meyers L., Samboceti J. Greed, death and values: From terror management to transcendence management theory. *Pers Soc Psychol Bull*. 2004; 30 (3): 278–292. DOI: 10.1177/0146167203260716

Что касается отношений к смерти, наиболее благополучным, адаптивным взглядом на смерть является «Нейтральное принятие», наиболее неблагополучным, дезадаптивным – «Принятие смерти как бегства»; «Принятие-приближение» и собственно «Страх смерти» оказываются в промежутке, носят как адаптивные, так и дезадаптивные черты. «Избегание темы смерти» скорее является защитным, видимо, потому, что оно помогает человеку действовать в сложной ситуации без тревоги.

В целом, данные результаты подтверждают идеи теории управления смыслом [6], теории управления страхом смерти [1, 2], теории нарушения буфера тревоги [43], посттравматического роста [7], работы о повышении страхов смерти при истощении волевого ресурса [44]. Безусловно, эти выводы не абсолютны, в том смысле, что связи могут иметь иную структуру на различных специфических выборках (например, суицидальных пациентов, врачей – такое исследование проводится нами), однако в данном случае можно говорить о выявлении общих, вполне устойчивых профилей отношений к смерти и страхов смерти с позиции длительности «я» в популяции молодых людей.

## Reference:

1. Chistopol'skaja K.A., Enikolopov S.N. Teorija upravljenja strahom smerti: osnovy, kritika i razvitie [Theory of management of fear of death: basics, criticism and development]. *Voprosy psihologii*. 2014; 2: 125-142. (In Russ)
2. Hart J., Shaver P., Goldenberg J. Attachment, self-esteem, worldviews, and terror management: Evidence for a tripartite security system. *J Pers Soc Psychol*. 2005; 88 (6): 999–1013. doi: 10.1037/0022-3514.88.6.999
3. Sedikides C., Wildschut T., Routledge C., Arndt J. Nostalgia as enabler of self-continuity. In F. Sani (Ed.) *Self-Continuity: Individual and Collective Perspectives*. New York: Psychology Press, 2008. P. 227–239.
4. Sedikides C., Wildschut T., Routledge C., Arndt J. Nostalgia counteracts self-discontinuity and restores self-continuity. *Eur J Soc Psychol*. 2015; 45 (1): 52-61. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2073>
5. Landau M., Greenberg J., Solomon S. The never-ending story: A terror management perspective on the psychological function of self-continuity. In F. Sani (Ed.) *Self-Continuity: Individual and Collective Perspectives*. New York: Psychology Press, 2008. P. 87–100.
6. Wong P.T. Meaning management theory and death acceptance. In A. Tomer, G.T. Eliason, P.T. Wong. (Eds.) *Existential and spiritual issues in death attitudes*. N.Y.: Lawrence Erlbaum Associates, 2007. P. 65 – 87.
7. Cozzolino P. Death contemplation, growth and defense: Converging evidence of dual-existential systems? *Psychological Inquiry*. 2006; 17 (4): 278–287. <https://doi.org/10.1080/10478400701366944>
8. Cozzolino P., Staples A., Meyers L., Samboceti J. Greed, death and values: From terror management to transcendence management theory. *Pers Soc Psychol Bull*. 2004; 30 (3): 278–292. DOI: 10.1177/0146167203260716

9. Lykins E., Segerstrom S., Averill A., Evans D., Kemeny M. Goal shifts following reminders of mortality: Reconciling posttraumatic growth and terror management theory. *Pers Soc Psychol Bull.* 2007; 33 (8): 1088-1099. DOI: 10.1177/0146167207303015
10. Chandler M. Surviving time: The persistence of identity in this culture and that. *Culture and Psychology* 2000; 6 (2): 209-231. <https://doi.org/10.1177/1354067X0062009>
11. Bauer J.J., Bonanno G.A. Continuity amid discontinuity: Bridging one's past and present in stories of conjugal bereavement. *Narrative Inquiry.* 2001; 11 (1): 123-158. <https://doi.org/10.1075/ni.11.1.06bau>
12. Habermas T., Köber C. Autobiographical reasoning in life narratives buffers the effect of biographical disruptions on the sense of self-continuity. *Memory.* 2015; 23 (5): 664-674. doi: 10.1080/09658211.2014.920885
13. Уайт М. Карты нарративной практики. Введение в нарративную терапию. М.: «Генезис», 2010, 326 с.
14. Manczak E.M., Zapata-Gietl C., McAdams D.P. Regulatory focus in the life story: Prevention and promotion expressed in three layers of personality *J Pers Soc Psychol.* 2014; 106 (1): 169-181. doi: 10.1037/a0034951
15. Ball L., Chandler M. Identity formation in suicidal and nonsuicidal youth: The role of self-continuity. *Development and Psychopathology.* 1989; 1 (3): 257-275. <https://doi.org/10.1017/S0954579400000444>
16. Chandler M. Self-continuity in suicidal and nonsuicidal adolescents. In G. G. Noam & S. Borst (Eds.), *New Directions for Child Development*, 1994; 64: 55-70.
17. Stolarski M., Wilberg B., Osin E. Assessing Temporal Harmony: The issue of balanced time perspective In M. Stolarski et al. (Eds.) *Time Perspective Theory: Review, Research and Applications: Essays in Honor of Philip G. Zimbardo* Springer: Cham, 2015. P. 57-71.
18. Zimbardo P., Boyd J. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *J Pers Soc Psychol.* 1999; 77 (6): 1271-1288. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
19. Boniwell I., Zimbardo P. G. Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.) *Positive psychology in practice Hoboken: Wiley*, 2004. P. 165-178.
20. Drake L., Duncan E., Sutherland F., Abernethy C., Henry C. Time perspective and correlates of wellbeing. *Time and Society.* 2008; 17 (1): 47-61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
21. Zhang J.W., Howell R.T., Stolarski M. Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time perspective and subjective well-being. *J Happiness Stud.* 2013; 14 (1): 169-184. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9322-x>
22. Stolarski M., Bitner J., Zimbardo P.G. Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time and Society.* 2011; 20 (3): 346-363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
23. Stolarski M., Vowinckel J., Jankowski K.S., Zajenkowski M. Mind the balance, be contented: Balanced time perspective mediates the relationship between mindfulness and life satisfaction. *Pers Individ Diff.* 2016; 93: 27-31. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.039>
24. Stolarski M., Cyniak-Cieciura M. Balanced and less traumatized: Balanced time perspective mediates the relationship between temperament and severity of PTSD syndrome in motor vehicle accident survivor sample. *Pers Individ Diff.* 2016; 101: 456-461. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.055>
25. Zajenkowski M., Stolarski M., Witowska J., Maciantowicz O., Łowicki P. Fluid intelligence as a mediator of the relationship between executive control and balanced time perspective. *Front Psychol.* 2016; 7: 1844. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01844
26. Stolarski M., Matthews G., Postek S., Zimbardo P.G., Bitner J. How we feel is a matter of time: Relationships between time perspectives and mood *J Happiness Stud.* 2014; 15 (4): 809-827. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9450-y>
27. Papastamatelou J., Unger A., Giotakos O., Athanasiadou F. Is time perspective a predictor of anxiety and perceived stress? Some preliminary results from Greece. *Psychological Studies.* 2015; 60 (4): 468-477. <https://doi.org/10.1007/s12646-015-0342-6>
9. Lykins E., Segerstrom S., Averill A., Evans D., Kemeny M. Goal shifts following reminders of mortality: Reconciling posttraumatic growth and terror management theory. *Pers Soc Psychol Bull.* 2007; 33 (8): 1088-1099. DOI: 10.1177/0146167207303015
10. Chandler M. Surviving time: The persistence of identity in this culture and that. *Culture and Psychology* 2000; 6 (2): 209-231. <https://doi.org/10.1177/1354067X0062009>
11. Bauer J.J., Bonanno G.A. Continuity amid discontinuity: Bridging one's past and present in stories of conjugal bereavement. *Narrative Inquiry.* 2001; 11 (1): 123-158. <https://doi.org/10.1075/ni.11.1.06bau>
12. Habermas T., Köber C. Autobiographical reasoning in life narratives buffers the effect of biographical disruptions on the sense of self-continuity. *Memory.* 2015; 23 (5): 664-674. doi: 10.1080/09658211.2014.920885
13. Уайт М. Карты нарративной практики. Введение в нарративную терапию [Maps of narrative practice. Introduction to narrative therapy]. М.: «Генезис», 2010, 326 с. (In Russ)
14. Manczak E.M., Zapata-Gietl C., McAdams D.P. Regulatory focus in the life story: Prevention and promotion expressed in three layers of personality *J Pers Soc Psychol.* 2014; 106 (1): 169-181. doi: 10.1037/a0034951
15. Ball L., Chandler M. Identity formation in suicidal and nonsuicidal youth: The role of self-continuity. *Development and Psychopathology.* 1989; 1 (3): 257-275. <https://doi.org/10.1017/S0954579400000444>
16. Chandler M. Self-continuity in suicidal and nonsuicidal adolescents. In G. G. Noam & S. Borst (Eds.), *New Directions for Child Development*, 1994; 64: 55-70.
17. Stolarski M., Wilberg B., Osin E. Assessing Temporal Harmony: The issue of balanced time perspective In M. Stolarski et al. (Eds.) *Time Perspective Theory: Review, Research and Applications: Essays in Honor of Philip G. Zimbardo* Springer: Cham, 2015. P. 57-71.
18. Zimbardo P., Boyd J. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *J Pers Soc Psychol.* 1999; 77 (6): 1271-1288. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
19. Boniwell I., Zimbardo P. G. Balancing time perspective in pursuit of optimal functioning. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds.) *Positive psychology in practice Hoboken: Wiley*, 2004. P. 165-178.
20. Drake L., Duncan E., Sutherland F., Abernethy C., Henry C. Time perspective and correlates of wellbeing. *Time and Society.* 2008; 17 (1): 47-61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
21. Zhang J.W., Howell R.T., Stolarski M. Comparing three methods to measure a balanced time perspective: The relationship between a balanced time perspective and subjective well-being. *J Happiness Stud.* 2013; 14 (1): 169-184. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9322-x>
22. Stolarski M., Bitner J., Zimbardo P.G. Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time and Society.* 2011; 20 (3): 346-363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
23. Stolarski M., Vowinckel J., Jankowski K.S., Zajenkowski M. Mind the balance, be contented: Balanced time perspective mediates the relationship between mindfulness and life satisfaction. *Pers Individ Diff.* 2016; 93: 27-31. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.039>
24. Stolarski M., Cyniak-Cieciura M. Balanced and less traumatized: Balanced time perspective mediates the relationship between temperament and severity of PTSD syndrome in motor vehicle accident survivor sample. *Pers Individ Diff.* 2016; 101: 456-461. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.06.055>
25. Zajenkowski M., Stolarski M., Witowska J., Maciantowicz O., Łowicki P. Fluid intelligence as a mediator of the relationship between executive control and balanced time perspective. *Front Psychol.* 2016; 7: 1844. doi: 10.3389/fpsyg.2016.01844
26. Stolarski M., Matthews G., Postek S., Zimbardo P.G., Bitner J. How we feel is a matter of time: Relationships between time perspectives and mood *J Happiness Stud.* 2014; 15 (4): 809-827. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9450-y>
27. Papastamatelou J., Unger A., Giotakos O., Athanasiadou F. Is time perspective a predictor of anxiety and perceived stress? Some preliminary results from Greece. *Psychological Studies.* 2015; 60 (4): 468-477. <https://doi.org/10.1007/s12646-015-0342-6>

28. Wittmann M., Rudolph T., Linares Gutierrez D., Winkler I. Time perspective and emotion regulation as predictors of age-related subjective passage of time. *Int J Environ Res Public Health*. 2015; 12 (12): 16027-16042. doi: 10.3390/ijerph121215034.
29. Stolarski M., Wojtkowska K., Kwieceńska M. Time for love: Partners' time perspectives predict relationship satisfaction in romantic heterosexual couples. *Time and Society*. 2016; 25 (3): 552-574. <https://doi.org/10.1177/0961463X15596703>
30. Kobasa S.C. Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *J Pers Soc Psychol*. 1979; 37 (1): 1-11.
31. Maddi S.R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2002; 54 (3): 173-185. <http://dx.doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>
32. Maddi S.R. On the problem of accepting facticity and pursuing possibility. In S. B. Messer, L. A. Sass, & R. L. Woolfolk (Eds.) *Hermeneutics and psychological theory: Interpretive perspectives on personality, psychotherapy, and psychopathology*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 1988. P. 182-209.
33. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Храмельшвили В.В., Казанцева В.Н. Отношение к смерти у студентов медицинских, гуманитарных и технических специальностей: вопрос суицидального риска. *Психологическая наука и образование* www.psyedu.ru. 2014; 6 (3): 227-242. URL: [http://psyedu.ru/journal/2014/3/Enikolopov\\_et\\_al.phtml](http://psyedu.ru/journal/2014/3/Enikolopov_et_al.phtml) (Дата обращения 02.03.2019)
34. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Магурдумова Л.Г. Бесстрашие к смерти: статика или динамика? *Суицидология*. 2017; 8 (2): 40-48.
35. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н. Проблема отношения к смерти после суицидальной попытки [Электронный ресурс] / *Медицинская психология в России: электрон. науч. журн.* 2013; 2 (19). URL: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2013\\_2\\_19/nomer/number12.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2013_2_19/nomer/number12.php) (Дата обращения 02.03.2019)
36. Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н. Отношение к смерти после попытки самоубийства: стигматизация и самостигматизация суицидальных пациентов. *Вестник психиатрии и психологии Чувашии*. 2015; 11 (1): 8-20.
37. Сырцова А., Митина О.В. Возрастная динамика временных ориентаций личности. *Вопросы психологии*. 2008; 2: 41-54.
38. Maddi S. Dispositional hardiness in health and effectiveness. H.S. Friedman (Ed.) *Encyclopedia of mental health / San Diego (CA)*: Academic Press, 1998. P. 323-335.
39. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
40. Wong P.T., Reker G.T., Gesser G. Death-Attitude Profile-Revised: A Multidimensional Measure of Attitudes Toward Death. R. Neimeyer (Ed.) *Death anxiety handbook: research, instrumentation, and application* N.Y.: Taylor and Francis, 1994. P. 121-148.
41. Чистопольская К.А., Митина О.В., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Озоль С.Н., Чубина С.А. Создание кратких русскоязычных версий опросников «Отношение к смерти» и «Страх личной смерти». *Суицидология*. 2017; 4 (29): 43-55.
42. Mikulincer M., Florian V. The complex and multifaceted nature of the fear of personal death: The multidimensional model of Victor Florian. A. Tomer, G.T. Eliason, P.T. Wong. (Eds.) *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes* N.Y.: Lawrence Erlbaum Associates, 2007. P. 39-63.
43. Pyszczynski T., Kesebir P. Anxiety buffer disruption theory: A terror management account of posttraumatic stress disorder. *Anxiety Stress Coping*. 2011; 24 (1): 3-26. doi: 10.1080/10615806.2010.517524.
44. Galliot M., Schmeichel B., Baumeister R. Self-regulatory processes defend against the threat of death: effects of self-control
28. Wittmann M., Rudolph T., Linares Gutierrez D., Winkler I. Time perspective and emotion regulation as predictors of age-related subjective passage of time. *Int J Environ Res Public Health*. 2015; 12 (12): 16027-16042. doi: 10.3390/ijerph121215034.
29. Stolarski M., Wojtkowska K., Kwieceńska M. Time for love: Partners' time perspectives predict relationship satisfaction in romantic heterosexual couples. *Time and Society*. 2016; 25 (3): 552-574. <https://doi.org/10.1177/0961463X15596703>
30. Kobasa S.C. Stressful life events, personality and health: An inquiry into hardiness. *J Pers Soc Psychol*. 1979; 37 (1): 1-11.
31. Maddi S.R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2002; 54 (3): 173-185. <http://dx.doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173>
32. Maddi S.R. On the problem of accepting facticity and pursuing possibility. In S. B. Messer, L. A. Sass, & R. L. Woolfolk (Eds.) *Hermeneutics and psychological theory: Interpretive perspectives on personality, psychotherapy, and psychopathology*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press, 1988. P. 182-209.
33. Chistopol'skaja K.A., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Semikin G.I., Hramelashvili V.V., Kazanceva V.N. Otnoshenie k smerti u studentov medicinskih, gumanitarnyh i tehniceskikh special'nostej: vopros suicidal'nogo riska [The attitude towards death in students of medical, Humanities and technical disciplines: the question of suicide risk]. *Psihologicheskaja nauka i obrazovanie* www.psyedu.ru. 2014; 6 (3): 227-242. URL: [http://psyedu.ru/journal/2014/3/Enikolopov\\_et\\_al.phtml](http://psyedu.ru/journal/2014/3/Enikolopov_et_al.phtml) (In Russ)
34. Chistopolskaya K.A., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Magurdumova L.G. A commentary: fearlessness about death – a static or a dynamic quality? *Suicidology*. 2017; 8 (2): 40-48. (In Russ)
35. Chistopol'skaja K.A., Enikolopov S.N. Problema otnoshenija k smerti posle suicidal'noj popytki [The problem of attitude to death after a suicidal attempt]. *Medicinskaja psihologija v Rossii: jelektron. nauch. zhurn.* 2013; 2 (19). URL: [http://www.medpsy.ru/mprj/archiv\\_global/2013\\_2\\_19/nomer/number12.php](http://www.medpsy.ru/mprj/archiv_global/2013_2_19/nomer/number12.php) (In Russ)
36. Chistopol'skaja K.A., Enikolopov S.N. Otnoshenie k smerti posle popytki samoubijstva: stigmatizacija i samostigmatizacija suicidal'nyh pacientov [Attitudes towards death after suicide attempt: stigmatization and self-stigmatization of suicidal patients]. *Vestnik psihiatrii i psihologii Chuvashii*. 2015; 11 (1): 8-20. (In Russ)
37. Syrcova A., Mitina O.V. Vozrastnaja dinamika vremennyh orientacij lichnosti [Age dynamics of temporal orientations of personality]. *Voprosy psihologii*. 2008; 2: 41-54. (In Russ)
38. Maddi S. Dispositional hardiness in health and effectiveness. H.S. Friedman (Ed.) *Encyclopedia of mental health / San Diego (CA)*: Academic Press, 1998. P. 323-335.
39. Leont'ev D.A., Rasskazova E.I. Test zhiznestojkosti [Test of vitality]. M.: Smysl, 2006. 63 s. (In Russ)
40. Wong P.T., Reker G.T., Gesser G. Death-Attitude Profile-Revised: A Multidimensional Measure of Attitudes Toward Death. R. Neimeyer (Ed.) *Death anxiety handbook: research, instrumentation, and application* N.Y.: Taylor and Francis, 1994. P. 121-148.
41. Chistopolskaya K.A., Mitina O.V., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Semikin G.I., Ozol S.N., Chubina S.A. Construction of short Russian versions of Death Attitude Profile-Revised and Fear of Personal Death Scale. *Suicidology*. 2017; 4 (29): 43-55. (In Russ)
42. Mikulincer M., Florian V. The complex and multifaceted nature of the fear of personal death: The multidimensional model of Victor Florian. A. Tomer, G.T. Eliason, P.T. Wong. (Eds.) *Existential and Spiritual Issues in Death Attitudes* N.Y.: Lawrence Erlbaum Associates, 2007. P. 39-63.
43. Pyszczynski T., Kesebir P. Anxiety buffer disruption theory: A terror management account of posttraumatic stress disorder. *Anxiety Stress Coping*. 2011; 24 (1): 3-26. doi: 10.1080/10615806.2010.517524.
44. Galliot M., Schmeichel B., Baumeister R. Self-regulatory processes defend against the threat of death: effects of self-control depletion



- depletion and trait self-control on thoughts and fears of dying. *J Pers Soc Psychol.* 2006; 91 (1): 49–62. doi: 10.1037/0022-3514.91.1.49
45. Goldenberg J., Pyszczynski T., Greenberg, J., Solomon, S. Fleeing the body: A terror management perspective on the problem of human corporeality. *Pers Soc Psychol Rev.* 2000; 4 (3): 200–218. doi.org/10.1207/S15327957PSPR0403\_1
46. Becker E. *The denial of death.* New York: The Free Press, 1973. 315 p.
47. Dechesne M., Pyszczynski T., Arndt J., Ransom S., Sheldon K., van Knippenberg A., Janssen J. Literal and symbolic immortality: The effect of evidence of literal immortality on self-esteem striving in response to mortality salience *J Pers Soc Psychol.* 2003; 84 (4): 722–737.
48. Zilboorg G. Fear of death. *Psychoanal Q.* 1943; 12: 465–475.
- tion and trait self-control on thoughts and fears of dying. *J Pers Soc Psychol.* 2006; 91 (1): 49–62. doi: 10.1037/0022-3514.91.1.49
45. Goldenberg J., Pyszczynski T., Greenberg, J., Solomon, S. Fleeing the body: A terror management perspective on the problem of human corporeality. *Pers Soc Psychol Rev.* 2000; 4 (3): 200–218. doi.org/10.1207/S15327957PSPR0403\_1
46. Becker E. *The denial of death.* New York: The Free Press, 1973. 315 p.
47. Dechesne M., Pyszczynski T., Arndt J., Ransom S., Sheldon K., van Knippenberg A., Janssen J. Literal and symbolic immortality: The effect of evidence of literal immortality on self-esteem striving in response to mortality salience *J Pers Soc Psychol.* 2003; 84 (4): 722–737.
48. Zilboorg G. Fear of death. *Psychoanal Q.* 1943; 12: 465–475.

## DEATH ATTITUDES IN CONTEXT OF TIME PERSPECTIVE: ADAPTIVE, DEFENSIVE AND MALADAPTIVE VIEWS OF DEATH IN YOUNG ADULTS

K.A. Chistopolskaya<sup>1</sup>, S.N. Enikolopov<sup>2</sup>, E.L. Nikolaev<sup>3</sup>, G.I. Semikin<sup>4</sup>, S.N. Ozol<sup>5</sup>, S.A. Chubina<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Eramishantsev City Clinical Hospital, Moscow, Russia; ktchist@gmail.com

<sup>2</sup>Mental Health Research Centre, Moscow, Russia; enikolopov@mail.ru

<sup>3</sup>Ulianov Chuvash State University, Cheboksary, Russia; pzdorovie@bk.ru

<sup>4</sup>Bauman Moscow State Technical University, Moscow, Russia; semikin@bmstu.ru

<sup>5</sup>Pavlov Ryazan State Medical University, Ryazan, Russia; ozolsergey7@gmail.com

<sup>6</sup>Kamenev Tula Regional Clinical Psychiatric Hospital №1, Tula, Russia; sonyaost@yandex.ru

### Abstract:

**Introduction:** Death is the end of individual time, that's why personal time perspective and, more broadly, self-continuity influences individual attitudes towards death. **Objective:** This article aims to distinguish adaptive, maladaptive and defensive attitudes toward death from the characteristics of individual time orientations, balanced time perspective and hardiness. **Materials:** the sample comprises 967 students from various cities of Russia (457 males, 503 females, 7 undefined, age 17-37, M=20, SD=1.97). **Methods:** Zimbardo Time Perspective Inventory, Hardiness Survey, short versions of Death Attitudes Profile Revised and Fear of Personal Death Scale. **Results:** the DBTP index (deviation from balanced time perspective) and general index of Hardiness contribute significantly into all parameters of death attitudes and fears, and determined from 1.2% of dispersion (for the “fear of consequences for personality”) to 15.8% (for the “escape acceptance of death”). More detailed regression analysis, which considered specific time perspectives and indices of hardiness allowed to determine the input of these values into the studied constructs more precisely: from 3.6% of dispersion (for “neutral acceptance of death”) до 18.6% (for “escape acceptance of death”). Qualitative analysis of the regression models allowed to distinguish adaptive, maladaptive and defensive attitudes toward death in young adults. The adaptive ones were “fear of consequences for personality”, “fear of consequences for family and friends”, “neutral acceptance of death”: the maladaptive were “escape acceptance of death”, “fear of being forgotten”; “fear of death”, “death avoidance” and “approach acceptance of death”, as well as “fear of transpersonal consequences”, “fear of consequences for body” were categorized as defensive attitudes. **Conclusions:** Adaptive, maladaptive and defensive ways to think of own death were found from the perspective of self-continuity. Such systematization of death attitudes and fears serves to help the practitioners in the domain of suicidology to find the vector of psychological correction: which fears of the patients are worth normalizing, and for which special attention is needed in order to alleviate their magnitude through changes in relation to patients' own personal history.

**Keywords:** terror management theory, death attitudes, fear of death, self-continuity, time perspective, hardiness

**Финансирование:** Исследование не имело финансовой поддержки.

**Конфликт интересов:** Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, о которых необходимо сообщить в связи с публикацией данной статьи.

**Для цитирования:** Чистопольская К.А., Ениколопов С.Н., Николаев Е.Л., Семикин Г.И., Озол С.Н., Чубина С.А. Отношение к смерти в контексте временной перспективы: адаптивные, защитные и неадаптивные взгляды на смерть у молодых взрослых. *Суицидология.* 2019; 10 (1): 58-74. doi.org/10.32878/suiciderus.19-10-01(34)-58-74

**For citation:** Chistopolskaya K.A., Enikolopov S.N., Nikolaev E.L., Semikin G.I., Ozol S.N., Chubina S.A. Death attitudes in context of time perspective: adaptive, defensive and maladaptive views of death in young adults. *Suicidology.* 2019; 10 (1): 58-74. (In Russ) doi.org/10.32878/suiciderus.19-10-01(34)-58-74