

УДК 159.923.2  
ББК Ю952

ГСНТИ 15.31.35

Код ВАК 19.00.13

### Глушак Елена Владимировна,

старший преподаватель кафедры психологии образования, ФГАОУ ВПО «Дальневосточный федеральный университет»; 692519, Приморский край, г. Усурийск, ул. Суханова 45-63; e-mail: adidy@mail.ru

## ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ АУТОМОРТАЛЬНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ НА СТАТУС ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ<sup>1</sup>

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** тревога смерти; аутомортальная тревожность; личностная идентичность; статус идентичности; личностные ресурсы; жизнестойкость; копинг-стратегии.

**АННОТАЦИЯ.** Статья посвящена экспериментальному изучению гипотезы о наличии прямого и опосредованного личностными ресурсами влияния аутомортальной тревожности на самооценку статуса эго-идентичности у студентов в результате реализации экспериментального плана, построенного на основе методологии «теории управления ужасом» и концепции аутомортальной тревожности.

### Glushak Elena Vladimirovna,

Senior Lecturer of the Chair of Psychology of Education, Far Eastern Federal University, Ussuriisk.

## STUDY OF THE EFFECT OF DEATH ANXIETY ON THE STATUS OF EGO-IDENTITY

**KEY WORDS:** death anxiety; terror management theory; personal identity; status of identity; personal resources; hardiness; coping strategy.

**ABSTRACT:** The article studies the existence and nature of the influence of death anxiety on ego-identity status mediated by personal resources. The results of the pilot study, a plan which has been built taking into account the principles of «terror management theory» and the concept of death anxiety, are given.

Современный человек живет в условиях, отличающихся интенсивным ростом ситуаций танатологической направленности: увеличивается количество разного рода техногенных и природных катастроф, риск террористических угроз, популяризируется данная тематика в СМИ, в системе Интернета, книгах и фильмах, «стареет» население. На этом фоне изучение влияния осознания факта собственной смертности и конечности на личность человека становится неоспоримым и значимым. Актуальность проведения подобного рода исследований подтверждается и результатами социологических опросов, в которых отражено мнение молодежи об особом воздействии на их поведение того или иного отношения к смерти. Практическое значение рассмотрения разных аспектов проблемы собственной конечности обусловлено необходимостью целенаправленного формирования адекватных социально-психологических установок отношения к смерти, при которых факт неизбежности индивидуальной смертности выступал бы не фактором деградации, а фактором личностного роста и развития, составляющей психологического здоровья.

В последние годы все больший интерес в мировой психологической науке приобретают исследования, проводимые в рамках «теории управления ужасом» (*Terror management theory* – ТМТ), сформулированной американскими психологами Дж. Гринбергом, Т. Пыжинским, Ш. Соло-

моном. В основе методологии ТМТ лежит теория антрополога Э. Беккера о фундаментальных мотивах человеческого поведения и деятельности, где в качестве основного «побудителя» существования человека рассматривается стремление «обезопасить себя» от осознания неизбежности собственной смерти, так как подобные знания порождают подсознательный страх и тревогу, к обострению которых приводят абсолютно будничные события в жизни каждого индивида.

На основе положений концепции Э. Беккера под руководством Дж. Гринберга была разработана серия экспериментов, направленных на доказательство предположения о том, что конфликт между осознанием собственной конечности и стратегиями отрицания и игнорирования этой данности нашего существования может повлиять на поведение человека. Эксперимент в рамках ТМТ построен таким образом, что тревога смерти становится независимой переменной, которой возможно манипулировать. При выполнении задания с напоминанием о собственной смертности у индивида вызывается состояние готовности к развитию онтологической тревоги, которую он неосознанно пытается особым образом предотвратить, усиливая определенные социально-психологические явления, получившие название «дистальных механизмов защиты» и служащие «буфером» для недопущения мыслей о смерти. В качестве наиболее распространенных стратегий защиты

<sup>1</sup> Статья выполнена в рамках проекта «Психолого-педагогические технологии развития виртуальной образовательной среды для межкультурного взаимодействия»

от подобного рода тревоги авторы ТМТ указывают различные феномены повышения самоуважения (поднятие чувства собственного достоинства, аутосимпатии, осознание своей уникальности и значимости), а также веру в «мировой культурный взгляд» (потребность осознать себя частью чего-то большего – культуры, общества, нации, рост чувства солидарности с референтной группой, оправдание смысла своего существования посредством соблюдения общечеловеческих норм и ценностей). Данные дистальные механизмы защиты позволяют человеку лучше понять картину мира и свое место в нем, тем самым обеспечивая индивиду символическое бессмертие [3].

Однако, несмотря на очевидные преимущества построения экспериментального плана в ТМТ, наиболее спорным положением теории является исходное утверждение о безальтернативно дестабилизирующем значении тревоги смерти для жизни и развития отдельного индивида.

Тревога, связанная с осознанием конечности существования, безусловно, может оказывать деструктивное влияние, порождая различные крайне негативные формы отношения к смерти – от психической патологии (в виде тревожных расстройств и патологического страха, приводящих к дезинтеграции личности) до абсолютного обесценивания, когда смерть воспринимается как некая игра (стираются границы между реальной и виртуальной смертью, повышается суицидальный риск, возрастает интерес к экстремальным видам спорта и отдыха, увеличиваются наркотизация и алкоголизация, возникает антигуманное поведение). В целом восприятие индивидом себя как бессмертного способствует формированию позиции «откладывания собственной жизни на потом», что в свою очередь приводит к ощущению бесцельности существования, бесполезно потраченного времени, упущенных возможностей и нереализованных шансов.

С другой стороны, как указывает И. С. Кон, «отказ от детской мечты о личном бессмертии и принятие неизбежности смерти заставляет человека всерьез задуматься о смысле жизни, о том, как лучше ее прожить» [6. С. 65, 90]. Конструктивными следствиями такого отказа становятся появление возможностей острее чувствовать счастливые мгновения жизни, рассматривать ее как полноценную и осмысленную, лучшего самопонимания и открытости восприятия, а также стремлений к активности и самореализации, к формированию собственной жизненной позиции, самостоятельности в суждениях и действиях, к личностному росту и развитию.

Данная идея позволяет объяснить концептуальную связь между процессами становления личности в юности и тревогой смерти как психологическим феноменом. В юношеском возрасте и в период ранней взрослости появляется потребность интегрировать разные проявления жизни своего «Я», но для осуществления такого синтеза требуется преодолеть противоречивость этих проявлений, в том числе и наличия в жизни смерти. Появившаяся комбинация новых, возникших в процессе развития в пубертатный период, способностей индивида смотреть на мир абстрактно с учетом опыта изменений и потерь, связанных с переходом к взрослой жизни, «создает» основу для осмысленного осознания диалектики жизни и смерти и выработки того или иного отношения к неизбежной конечности своего бытия. Возможность жить максимально полноценно, в полной мере реализовывая собственный потенциал, не достигая без зрелого принятия идеи смерти в систему мировоззрения и отношений, включения ее в образ «Я».

Соответственно, этот процесс косвенным образом связан со становлением зрелой эго-идентичности по Э. Эриксону [11], в ходе формирования которой индивид, проходя от статуса к статусу, переходит от поиска себя к практической самореализации – достигает истинной взрослости, приобретает цельность личности и определяет пути своего существования в дальнейшей жизни. Таким образом, И. С. Кон подчеркивает, что тревога смерти является нормативным условием полноценного личностного развития и процесса взросления человека.

Однако необходимо отметить, что само понятие «тревога смерти» слишком широко и включает множество разнообразных представлений и тенденций отношения к смерти, имеющихся у людей. Поэтому мы в нашей работе опираемся на категорию «аутомортальная тревожность (АМТ)». Данный термин как более узкий и точный для понимания отношения человека к собственной конечности был предложен и описан в концепции Т. А. Гавриловой. Она понимает АМТ как «модальную форму отношения личности к неизбежной конечности своего существования, обусловленную осмыслением смерти (конечности) как неопределенной, непредсказуемой и относительно отдаленной угрозы различным аспектам индивидуальной жизни» [2. С. 39].

Анализируя теорию управления ужасом, Т. А. Гаврилова предполагает, что валентность эффекта влияния АМТ будет зависеть от содержания и уровня развития личностных ресурсов индивида как при-

мов сопротивления травмирующим факторам [3].

Современные исследователи проблематики личностных ресурсов к таковым относят достаточно обширную группу личностных качеств и психологических характеристик, способствующих эффективной адаптации и преодолению индивидом трудных для него жизненных ситуаций. Однако следует указать, что многими психологами в качестве базового и универсального личностного ресурса признается такая устойчивая личностная характеристика, как жизнестойкость (*hardiness*). Кроме того данная переменная в ракурсе нашего исследования приобретает особое значение, так как представляет собой операционализацию понятия «мужество быть» П. Тиллиха, определяющего его как единственный способ «борьбы» со страхом смерти и осознанную способность человека предвидеть собственный конец [Цит. по: 8. С. 210-211, 225]. Жизнестойкость представляет собой интегративную характеристику личности, ответственную за успешность преодоления индивидом жизненных трудностей, его психологическую живучесть и расширенную эффективность. Развитые компоненты жизнестойкости составляют основу для более позитивного мировосприятия, повышают качество жизни, способствуют формированию ценностных установок и диспозиций, позволяющих индивиду рассматривать жизненные трудности как источник личностного роста, рационально оценивать актуальные и потенциальные ресурсы [9].

Сегодня в зарубежной психологии исследовательский интерес сфокусирован на выявлении медиаторов взаимосвязи жизнестойкости и психологического здоровья. Л. А. Александрова [1] в своей статье указывает несколько подобных работ, в которых роль посредника между жизнестойкостью как «буфера» против последствий неблагоприятных (в том числе и с точки зрения личностного развития) жизненных ситуаций выполняют поведенческие механизмы – стратегии совладания, копинг-стратегии (*coping strategy*). Копинг-стратегии – это специфические формы и определенные тенденции, образующие систему целенаправленного осознанного поведения, содействующую преодолению причин и смягчению результатов негативного воздействия различных стрессогенных факторов и фрустрирующих ситуаций, включая, с нашей точки зрения, и ситуации экзистенциального плана. Уровень развития жизнестойкости позволяет прогнозировать продуктивность попыток совладания: развитая жизнестойкость воздействует на ресурсы совладания через повышение их эффективности.

На основании изложенного можно говорить о том, что жизнестойкость выступает ведущей детерминантой физического, психического и социального здоровья и определяет то, насколько эффективно совладающее поведение личности при столкновении с трудностями и насколько оно способствует успешной адаптации в заданных условиях.

Итак, мы полагаем, что формирование установки принятия неизбежности смерти выступает в качестве нормативного условия достижения личностной зрелости и развитой идентичности. Поэтому считаем, что активизация осознания конечности индивидуального существования повлияет на самооценку личностных свойств, связанных со статусом идентичности, а направленность этого воздействия будет зависеть от уровня развития жизнестойкости и реализации ее потенциала посредством эксплицитной системы стратегий совладающего поведения.

Мы ставим целью изучить наличие и характер влияния аутомортальной тревожности (АМТ), опосредованное личностными ресурсами, на самооценку статуса идеологической эго-идентичности. В качестве объекта нашего экспериментального исследования выступили личностные характеристики эго-идентичности и АМТ, предмет исследования – характер влияния АМТ на самооценку статуса эго-идентичности студенческой молодежи.

В качестве гипотез мы выдвинули следующие предположения:

1) напоминание о смерти актуализирует состояние готовности к развитию тревоги и приведет к изменениям в самооценке испытуемыми характеристик идеологической эго-идентичности;

2) валентность данного эффекта (а именно – изменения в самооценке характеристик эго-идентичности под влиянием АМТ) будет зависеть от степени развитости жизнестойкости как личностного ресурса и эффективности ее репрезентации в поведении в виде копинг-стратегий.

Наше исследование было организовано с учетом основных положений теории ТМТ и заключалось в проведении сравнительного анализа эффекта влияния АМТ на самооценку эго-идентичности испытуемых экспериментальной и контрольной групп. Так как по методологии ТМТ наиболее ярко эффект влияния тревоги смерти прослеживается после введения в эксперимент некоторой отсрочки и переключения на другую (интеллектуальную) деятельность, мы предложили испытуемым экспериментальной группы после выполнения задания, связанного с возникновением мыслей о

смерти, выполнить задание-дистрактор для включения механизмов защиты от АМТ. В остальном буклеты, полученные респондентами разных групп, не различались.

Следовательно, в буклете контрольной группы была соблюдена такая последовательность методик: тест жизнестойкости Д. А. Леонтьева, Е. И. Расказовой [7] (для оценки качества жизнестойкости как личностного ресурса), опросник изучения копинг-стратегий преодоления стресса Д. Амирхана в апробации Н. А. Сироты, В. М. Ялтонского [10] (для выявления доминирующих копинг-стратегий), задание-дистрактор в виде интеллектуальной шкалы 16-факторного личностного опросника Р. Б. Кеттелла, шкала идеологической эго-идентичности методики объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса [5] (для определения присущего индивиду типа идентичности), шкала тревожности по поводу смерти Д. Темплера [4] (для оценки степени выраженности тревоги и страха смерти). В буклете экспериментальной группы методика Д. Темплера была представлена сразу за диагностическим инструментарием, позволяющим оценить развитость личностных ресурсов индивида и механизмов совладания.

Эмпирическую базу исследования составили студенты, аспиранты и преподаватели Уссурийского государственного педагогического института (УГПИ)<sup>1</sup> в объеме 103 человека в возрасте от 18 до 31 года ( $M = 24,1$ ;  $SD = 4$ ), из них 45 юношей и 58 девушек. Испытуемые методом рандомизации были объединены в две группы – экспериментальную (54 человека, из них 23 юноши и 31 девушка) и контрольную (49 человек, из них 22 юноши и 27 девушек).

Исследование проводилось в форме группового тестирования, но количество испытуемых в группах составляло от 6-8 до 12-15 человек, что позволило проследить то, насколько самостоятельно работали респонденты и насколько последовательно (без «пролистывания» стимульного материала) заполнялись опросные листы.

В качестве метода математико-статистической обработки данных был использован сравнительный анализ по непараметрическому U-критерию Манна-Уитни, расчеты осуществлялись с помощью компьютерной программы SPSS 17.0.

Первоначально мы провели анализ процентного соотношения испытуемых с разными статусами эго-идентичности в наших группах. Анализ показал гомогенность

распределения данного признака: статус диффузной идентичности присущ для подавляющего большинства испытуемых экспериментальной и контрольной групп – 85,2 и 87,8 %, статусы принятой идентичности и моратория идентичности имеют равное соотношение и свойственны для 1,9 и 4,1 % испытуемых, статус достигнутой идентичности – для 11,1 и 4,1 % испытуемых. Поэтому сравнение групп мы провели не по количеству лиц с определенным типом идентичности, а по средним показателям степени выраженности каждого статуса.

Далее нами также была проверена однородность распределений эксплицитности личностных ресурсов и механизмов совладания как переменных, опосредующих валентность эффекта АМТ. Анализ не выявил значимых межгрупповых различий в уровне жизнестойкости и ее компонентов, но оказалось, что испытуемые контрольной группы чаще используют такие копинг-стратегии, как неадаптивную когнитивную «проекция переживаний в прошлое» ( $p = .032$ ) и адаптивную поведенческую «поиск поддержки, призыв о помощи» ( $p = .027$ ). Однако мы считаем, что, несмотря на этот факт, выявленные нами особенности позволяют судить о качестве влияния АМТ на самооценку статуса идентичности.

Сначала сопоставление групп было проведено без принятия во внимание фактора личностных ресурсов, что показало наличие значимых различий между группами по индексу принятой идентичности, который был ниже в экспериментальной группе по сравнению с контрольной ( $p = .036$ ). Иными словами, активизация аутомортальной тревожности снизила у испытуемых тенденцию приписывать себе качества, относящиеся к принятой идентичности.

При учете фактора личностных ресурсов картина оказалась той же самой: нами также было выявлено снижение индекса принятой эго-идентичности у испытуемых экспериментальной группы. В частности, в случаях использования копинга «отказ от преодоления трудностей» и наличия слабо-развитых интегрального показателя жизнестойкости ( $p = .005$ ), «вовлеченности» ( $p = .004$ ), «контроля» ( $p = .007$ ), «принятия риска» ( $p = .018$ ); использования копинга «мрачность прогноза, проекция тревоги в будущее» и наличия низких уровней развития общей жизнестойкости ( $p = .020$ ), «вовлеченности» ( $p = .017$ ), «контроля» ( $p = .044$ ), «принятия риска» ( $p = .024$ ); использования копинга «проекция переживаний в прошлое» и наличия низких уровней развития общей жизнестойкости ( $p = .014$ ), «вовлеченности» ( $p = .025$ ), «контроля» ( $p =$

<sup>1</sup> В настоящий момент времени УГПИ включен в состав Дальневосточного федерального университета (ДВФУ).

.006), «принятия риска» ( $p = .004$ ); использования копинга «установка на изменение ситуации» и наличия высокого уровня показателя принятия риска ( $p = .030$ ).

Значимо ниже в экспериментальной группе выраженность статуса принятой эго-идентичности и при таких условиях, как: наличие низкого уровня вовлеченности и имплицитного копинга «установка на активную переработку проблемы и эффективное приспособление» ( $p = .049$ ); низкий уровень показателей общей жизнестойкости, контроля и имплицитного копинга «экстрапунитивный тип реакций» ( $p = .030$ ;  $.016$ ); низкий уровень показателя принятия риска и имплицитного копинга «оппозиционно-вызывающее поведение» ( $p = .046$ ) и противоположная тенденция – высокий уровень показателя «принятие риска» и использование копинга «оппозиционно-вызывающее поведение» ( $p = .011$ ); высокий уровень показателя контроля и имплицитного копинга «установка на активную переработку проблемы и эффективное приспособление» ( $p = .048$ ).

Интересно также, что в экспериментальной группе выявилось снижение индексов и других незрелых статусов идентичности. Так, индекс диффузной идентичности снизился при наличии высокого уровня показателя принятия риска и использовании копинга «установка на изменение ситуации» ( $p = .036$ ). А индекс статуса моратория снижается при наличии высокоразвитых показателей общей жизнестойкости, принятия риска и использовании копинга «установка на изменение ситуации» ( $p = .034$ ;  $.020$ ), при наличии высокого уровня показателя контроля и имплицитного копинга «установка на активную переработку проблемы и эффективное приспособление» ( $p = .003$ ).

Что касается индекса зрелого типа идентичности – достигнутой идентичности, то, оказалось, что у респондентов экспериментальной группы он усиливается в случае наличия высокоразвитых показателей общей жизнестойкости, принятия риска и использовании копинга «установка на изменение ситуации» ( $p = .016$ ;  $.031$ ); наличия высокого уровня показателя принятия риска и имплицитного копинга «установка на активную переработку проблемы и эффективное приспособление» ( $p = .030$ ).

Приступая к интерпретации результатов, следует оговориться, что не все полученные данные мы рассматриваем как однозначные, но считаем, что в целом они позволяют выносить суждение о наличии эффекта влияния АМТ на самооценку статуса эго-идентичности, что подтверждается фактом выявления значимых межгрупповых различий.

Активизация АМТ ведет к ослаблению выраженности менее зрелых статусов идентичности и к усилению тенденции достижения взрослой, зрелой идентичности, обеспечивающей чувство внутренней целостности, уникальности, определенности, устойчивости и стабильного владения личностью собственным «Я».

Но направленность воздействия АМТ на самооценку личностных характеристик, связанных с присущим индивиду статусом идентичности, будет опосредована уровнем выраженности жизнестойкости. В случае дефицитарности компонентов жизнестойкости активизация АМТ ведет к ослаблению желания молодых людей оценивать свои взгляды и идеи как схожие с родительскими или социальными нормами, то есть к ослаблению выраженности принятого статуса идентичности. При наличии высокого уровня развития жизнестойкости АМТ способствует ослаблению статусов диффузии и моратория идентичности и усилению статуса достигнутой идентичности.

Полученные результаты позволяют нам дать конструктивную оценку выявленному эффекту и считать АМТ – «катализатором» созревания жизненных позиций и ориентиров.

Таким образом, мы считаем, что аутомортальная тревожность, опосредованная личностными ресурсами, позволяет реализовывать личности гомеостетические тенденции (т.е. тенденции к изменению и развитию).

Однако, как мы уже указывали выше, в ходе исследования были получены и такие данные, которые не позволяют нам выносить определенные и обоснованные суждения. Напомним, что у части испытуемых экспериментальной группы произошло снижение индекса принятого статуса эго-идентичности при условиях наличия высокого уровня показателя «принятия риска» и копингов «установка на изменение ситуации», «оппозиционно-вызывающее поведение», высокого уровня показателя «контроля» и имплицитного состояния копинга «установка на активную переработку проблемы и эффективное приспособление». Учитывая установленные особенности, мы можем лишь предположить, что в действительности эффект влияния АМТ опосредован большим числом факторов, входящих в группу личностных ресурсов, чем мы предположили в этом исследовании.

Поэтому, на наш взгляд, как для подтверждения полученных нами данных, так и для уточнения и дополнения сделанных выводов требуется проведение новых эмпирических исследований с использованием других методик оценки личностных

характеристик эго-идентичности, более разнородных выборок испытуемых и включением других психологических характеристик, имеющих ресурсную природу (напри-

мер, таких, как самоуважение, высокие показатели самооценки, интеллект, креативность, эмоциональный интеллект, оптимизм, локус контроля, и др.).

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Александрова Л. А. К концепции жизнестойкости в психологии // Институт экзистенциальной психологии и жизнестворчества. URL: <http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php> (дата обращения 19.07.2012).
2. Гаврилова Т. А. Аутомортальная тревожность как проблема психологии здоровья // Психология здоровья: новое научное направление: мат-лы круглого стола с междунар. участием, Санкт-Петербург, 14-15 декабря 2009 г. СПб: СПбГИПСП, 2009.
3. Гаврилова Т. А. Тревога смерти в теории управления ужасом Дж. Гринберга, Т. Пицинского и Ш. Соломона // Психологический журнал. 2011. Т. 32, № 1.
4. Гаврилова Т. А. Экзистенциальный страх смерти и танатическая тревога: методы исследования и диагностики // Прикладная психология. 2001. № 6.
5. Гаврилова Т. А., Глушак Е. В. К вопросу об адаптации методики объективного измерения статуса эго-идентичности Дж. Р. Адамса // Психологическая диагностика. 2009. № 5.
6. Кон И. С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989.
7. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006.
8. Лифинцева Т. П. «Мужество быть» П. Тиллиха: онтология и этика // X Рождественские образовательные чтения «Философская этика и нравственное богословие»: сб. докладов конф. М., 2002.
9. Мадди С. Р. Смыслообразование в процессе принятия решений // Психологический журнал. 2005. Т. 26, № 6.
10. Опросник изучения копинг-стратегий преодоления стресса Д. Амирхана в апробации Н. А. Сироты, В. М. Ялтонского. URL: [xcreativ.narod.ru/KOPING1.doc](http://xcreativ.narod.ru/KOPING1.doc) (дата обращения: 28.02.2011).
11. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996.

Статью рекомендует д-р психол. наук, проф. В. И. Гончаров.