

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра психодіагностики та клінічної психології

Роль прив'язаності у формуванні страху смерті

Кваліфікаційна робота

Студентки 2 року ОР Магістр

(спеціальність 053 «Психологія»,

освітня програма «Психологія»)

Гарагулі Анастасії Олексіївни

Науковий керівник:

доктор філософії у галузі психології

Дарвішов Наріман Рафік

Роботу рекомендовано до захисту на ЕК №2

Протокол № ____ від _____ року

Завідувач кафедри психодіагностики та клінічної психології

_____ **Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА**

Київ – 2022

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИВЧЕННЯ СТРАХУ СМЕРТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ ТА ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	8
1.1. Загальна характеристика страху смерті: основні підходи та моделі. ..	8
1.2. Концептуалізація поняття страху смерті як психологічного феномену особистості.	12
1.3. Загальна характеристика типів прив'язаності особистості.	16
1.4. Особливості зв'язку страху смерті як психологічного феномену із типами прив'язаності особистості.....	20
Висновки до розділу 1.....	22
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ФОРМУВАННІ СТРАХУ СМЕРТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ.....	24
2.1. Концептуальна та операціональна модель дослідження	24
2.2. Методологія емпіричного дослідження	26
2.3. Обґрунтування методик дослідження	28
2.4. Опис вибірки та процедури дослідження	37
Висновки до розділу 2.....	39
РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ФОРМУВАННІ СТРАХУ СМЕРТІ	40
3.1. Особливості прояву страху смерті як психологічного феномену в осіб з різним типом психологічної прив'язаності	40

3.2. Факторний аналіз рівня суб'єктивного контролю, копінг-стратегій та типу психологічної прив'язаності.....	45
3.3. Регресійна модель страху смерті як психологічного феномену.....	50
3.4. Рекомендації подолання страху смерті на основі дослідження.....	58
Висновки до розділу 3.....	59
ВИСНОВКИ.....	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	65
ДОДАТКИ.....	73

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Люди за власною природою є соціальними істотами, існування яких важко уявити без емоційної прив'язаності та взаємодії з іншими. Роль прив'язаності до значущого дорослого була сформульована на науковому рівні Дж. Боулбі, теорія якого була зосереджена на стосунках між матір'ю та дитиною. Проте тема прив'язаності, як здатності формувати базову довіру до себе та інших супроводжує й інші етапи життя людини аж до смерті.

Життя особистості пов'язані з проживанням різноманітних ситуацій, які впливають на зміну природних способів бачення світу, пізнання себе і ставлення до навколишнього. Особистість в своєму розвитку зіштовхується із ситуаціями невизначеності, втратами, горем, розчаруванням та усвідомленням власної смертності, що так чи інакше супроводжується переживаннями страху та тривоги. Страх смерті як психологічний феномен може мати як позитивний, так і негативний вплив на психічне здоров'я особистості, що відображається на можливостях особистості долати різноманітні життєві труднощі в майбутньому. Особливого значення цей феномен набуває в реаліях сьогодення: в ситуаціях невизначеності, зустрічі зі смертю близьких, особистим досвідом різних видів втрат. В екзистенційно-гуманістичній парадигмі критичні ситуації, з якими зіштовхується особистість розглядаються з точки зору трансформуючого процесу, відмовою від старих способів існування, як підбір нових способів, що будуть адекватними тій ситуації, що постала перед особистістю.

Проблема смерті досліджується філософами, біологами, медиками, психологами, археологами, істориками, літературознавцями та фізиками. Аристотель, Епікур, Ф. Ніцше, К. Ясперс, М. Хайдагер, А. Адлер, З. Фрейд, К. Г. Юнг, В. Франкл, І. Ялом та багато інших посвятили свої праці вивченню

питання смерті, намагаючись зрозуміти та вирішити різні питання, пов'язані з кінцевістю життя та питання про те, як ранній досвід стосунків пов'язаний із усвідомленням власної смертності та як ставлення людини до смерті впливає на якість та осмисленість життя, вибір кращих стратегій поведінки.

Актуальний стан наукової розробки та соціальна значущість проблеми зумовили вибір теми дослідження.

Мета дослідження полягає у визначенні впливу прив'язаності особистості на формування страху смерті.

Відповідно до мети дослідження було сформульовано такі **завдання**:

1. На основі аналізу відчизняних та зарубіжних досліджень визначення поняття страху смерті як психологічного феномену.
2. Організація та підбір методичного інструментарію для дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті.
3. Визначити особливості переживання страху смерті у зв'язку з типами психологічної прив'язаності особистості.
4. Проаналізувати роль психологічної прив'язаності та особливості копінг-стратегій у осіб, що мають високу схильність до переживання страху смерті.

Об'єкт дослідження: страх смерті як психологічний феномен.

Предмет дослідження: роль прив'язаності у формуванні страху смерті.

Теоретико-методологічні засади дослідження становлять для визначення сутності та структури страху смерті як психологічного феномену в різних підходах та напрямках, особливостей психологічної прив'язаності особистості, а також положення щодо специфіки подолання страху смерті та особливостей зв'язку із типом прив'язаності особистості.

Методи дослідження: а) *теоретичні* – аналіз, синтез, узагальнення та систематизація – для визначення особливостей переживання страху смерті в

осіб з різним типом психологічної прив'язаності та особливостей подолання страху смерті, б) *емпіричні* – спостереження, психодіагностичні методики: методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised – для визначення страху смерті та ставлення до смерті у досліджуваних, методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / Adult attachment scale Nancy L. Collins and Stephen J. Read – для визначення типу психологічної прив'язаності у досліджуваних, методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / Rotters Locus control scale – для визначення рівня суб'єктивного контролю, особистісної та соціальної орієнтованості на подолання труднощів, методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкман, Р. Лазарус / Ways of coping scale Folkman, S., Lazarus, R. S. – для визначення основних стратегій поведінки досліджуваних у подоланні труднощів у досліджуваних з різним типом прив'язаності та визначення найбільш адаптивних стратегій в подоланні страху смерті, в) *математично-статистичної обробки даних* – для кількісного опису даних та статистичного виводу – ϕ -критерій Фішера для достовірності відмінностей, однофакторний дисперсійний аналіз, метод кореляційного аналізу Пірсона (Crosstabs), факторний аналіз, регресійний аналіз.

Надійність та достовірність результатів дослідження забезпечено теоретико-методологічним обґрунтуванням вихідних положень, психологічних змінних, використанням валідних та надійних діагностичних методик, репрезентативністю вибірки та застосуванням коректних методів обробки математичної статистики з використанням сучасної програми обробки даних Jamovi.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що його результати можуть бути використані у діагностуванні страху смерті, що може

призводити та супроводжувати появу та ускладнення емоційних розладів у дорослому віці. У профілактичній роботі з попередження виникнення страху смерті, у корекційних заходах, які сприяють зниженню рівня страху смерті та підвищують загальний рівень емоційного та психологічного благополуччя, в психологічному консультуванні та психотерапії осіб, у яких є страх смерті.

Структура та обсяг дипломної роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного з розділів, загальних висновків, списку використаної літератури (69 найменувань, з них – 34 іноземною мовою) та додатків. Повний обсяг дипломної роботи становить 91 сторінку, основний зміст викладено на 61 сторінці комп'ютерного тексту. Робота містить 17 таблиць, загальним обсягом 5 сторінок та 5 додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИВЧЕННЯ СТРУХУ СМЕРТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ ТА ТИПІВ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Загальна характеристика страху смерті: основні підходи та моделі.

Усвідомлення власної смерті завжди було частиною людського життя протягом усієї історії. Здатність особистості до символічного мислення дозволяє їй уявляти власне майбутнє та усвідомлювати можливість власної смерті. Така усвідомленість власної смерті породжує страх, який може загострюватися та впливати на організацію поведінкових, інтелектуальних та емоційних патернів реагування у житті особистості [8, 17].

Актуальність теоретичного вивчення даного явища зумовлена відсутністю єдиної точки зору щодо причин виникнення та структури страху смерті. Ставлення до смерті та її осмислення в різних суспільствах мають різні специфічні основи, в залежності від сучасних запитів особистості та розвитку суспільства в цілому. Існують різноманітні теорії та підходи, в рамках яких дослідники акцентують свою увагу на різних сторонах страху смерті, в залежності від їх наукової мети та завдань [1, 3].

Психодинамічний підхід до визначення поняття (З. Фрейд, Е. Фром) визнає вплив підсвідомих конфліктів на формування страху. Представники саме цього підходу акцентують увагу на тому, що переживання щодо смерті є результатом страху втрати об'єкту та дозволяє особистості відчувати контроль над власною смертю, психологічній складовій страху смерті та шукають способи його подолання [30, 31, 32]. Еріх Фром, в свою чергу, розглядав страх смерті як результат конфлікту між потягом до життя та усвідомленням його обмеженості [32].

Представники гуманістичного підходу виділяють те, що страх смерті пов'язаний із цінностями та самовираженням особистості [22, 26]. А. Маслоу стверджував, що страх смерті може бути подоланий шляхом досягнення самореалізації. І. Ялом, в свою чергу, вважає, що побоювання смерті виникає з особистої свідомості про те, що смерть є неunikним фактом життя та вважає, що психотерапія особистості є неповною, якщо вона не включає психопатологічні симптоми страху смерті, оскільки даний страх постійно несвідомо присутній та відображає початкове джерело тривожних станів [16]. Таким чином, вивчення детермінант екзистенційного страху смерті є неминучим для отримання більше знань про індивідуальний розвиток, підтримку та перебіг численних психологічних станів, адже всі люди переживають страх та тривогу щодо смерті, проте відрізняються саме за рівнем та особливостями цієї тривоги [9]. Саме надмірна тривога смерті може зменшити якість функціонування особистості в повсякденному житті. Тема смерті може викликати переживання безсилля, розлуки, втрати контролю та заперечувати задоволення і щастя [13, 29, 54]. Хоч люди і розвивають адаптивні методи для подолання страху смерті, в періоди сильного стресу або загрози їх життю або життю рідних обираються неефективні та навіть патологічні способи подолання в деяких особистостей.

Найбільш вивченим явище страху власної загибелі постає в контексті сучасної теорії страху та тривоги. У рамках екзистенційного підходу (Ж. П. Сартр, П. Тілліх, М. Хайдеггер) страх розглядається в якості саме важливої характеристики людського буття [12, 19, 33]. На думку П. Тілліха існують три типи тривоги, що включають *страх долі та смерті, страх порожнечі та безглуздості, страх провини та осуду*. Таким чином, страх перед долею і смертю відображає саме загрозу існуванню людини і відносну загрозу долі людини. Страх порожнечі та безглуздості сприяє наданню сенсу щодо свого

існування у світі. Страх провини та осуду відноситься до тривоги передбачуваної загрози саме етичній та моральній ідентичності людини. На думку автора, страх смерті лежить в основі вищезгаданих страхів людини. Такий рівень екзистенційної тривоги може порушити відкритість індивіда до пошуку самореалізації у своєму житті та обмежувати, в свою чергу, самопізнання та пізнання світу особистості [27].

На думку деяких учених (Ф.Арієс, П.Шаню), ставлення до смерті може бути індикатором рівня розвитку цивілізації та ставлення до життя конкретної людини та суспільства в цілому [2]. Тому вивчення уявлень, пов'язаних зі смертю, які заслуговують на увагу, може допомогти краще зрозуміти сприймання людьми сенсу свого життя і основних його цінностей. При цьому, заперечення проблеми смертності супрооджується відчуттями невизначеності, тривогою та самовідчуженням.

Сучасна теорія страху смерті спирається переважно на екзистенційну теорію культурного антрополога Ернеста Беккера. Беккер, зокрема, зробив спробу синтезувати психоаналітичні праці Фрейда, Ранка, Адлера, Фромма і Хорні; соціальну психіатрію Саллівана; соціальний аналіз Гоффмана, Бергера і Лакмана у теоретичну концепцію соціальної поведінки людини. На його думку, найбільшою загрозою для відчуття контролю та основного інстинкту до життя є смертність людини. Усвідомлення власної смерті робить особистість вразливою, оскільки загрожує еволюційному призначенню вижити, що змушує людей справлятися з власною смертністю способом заперечення смерті. Це вказує на те, що центральна мотивація людського існування полягає в тому, щоб уникнути усвідомлення смерті [15]. Варто зазначити, що більшість людей мають достатньо високий рівень самоконтролю, аби вони були здатними впоратися з тривогою смерті шляхом контролю власних думок.

Дж. Бейглер робить висновки про те, що тип особистості також може впливати на ставлення до смерті більше, ніж сама загроза смерті. В результаті власних досліджень він стверджує про те, що реагування людини на смерть є результатом наступних факторів: 1) психологічної зрілості особистості, 2) способів, якими особистість долає труднощі, 3) вплив релігії, віку та статі, 4) важкість самої ситуації, 5) ставлення інших значущих для особистості осіб.

У теорії управління страхом смерті, що ґрунтується на працях Е. Бекера, запропонованій Дж. Грінбергом, Т. Пижинські та Ш. Соломоном в 1986 році, дослідники вважають, що більшість людської поведінки може бути пояснена спробою досягти психологічної рівноваги перед усвідомленням власної смерті [41]. Згідно з Арндтом та Вессом, теорія управління страхом перед смертю є «соціально-психологічною теорією, яка поєднує в собі екзистенційний, психодинамічний та еволюційний підходи для розуміння впливу страхів перед смертю на наші почуття, відчуття себе та соціальну поведінку» [58]. Згідно з теорією управління страхом перед смертю, культурні світогляди та самооцінка вважаються важливими засобами зменшення тривоги перед екзистенційним страхом смерті. Теорія управління страхом смерті (Terror Management Theory) надає цінні рамки для вивчення проксимальних та дистальних захисних механізмів проти тривоги смерті [65, 66]. Зокрема, запропоновано модель подвійного процесу, за якою проксимальні та дистальні захисні механізми використовуються для запобігання перетворенню думок про смерть на страх перед смертю. Згідно з цією моделлю, коли думки про смерть надходять до свідомості, проксимальні (свідомі, спрямовані на загрозу) захисні механізми включаються для того, щоб уникнути думок про смертність. До таких проксимальних захисних механізмів слід відносити пригнічення думок про смерть та заперечення

вразливості перед смертю, а також такі стратегії, як турбота про власне фізичне здоров'я або стан близьких [67]. Однак, коли страх перед смертю виходить за межі свідомості, активується вже друга частина моделі подвійного процесу, яка спричиняє дистальні (несвідомі, символічні) захисні механізми. Ці дистальні захисні механізми, зазвичай, включають стратегії захисту символічного «я» та зменшення доступності думок про смерть (підтримка культурних світоглядів, спільних ідентичностей та взаємин, що підвищують самооцінку, розширюють особисту значимість та забезпечують, зокрема, впевненість у тому, що після смерті про особистість будуть пам'ятати) [66, 67, 58, 59].

М. Хайдеггер стверджував, що смерть постає чинником усвідомлення людського життя та сприяє розвитку особистості [33, 34]. Е. Фром вважає, що страх смерті може мати і позитивний вплив на людський розвиток, адже спонукає особистість шукати нові форми існування та отримувати новий досвід [32]. Таким чином, смерть дозволяє людям відчутти своє життя та відповідальність за те, як саме вони його проживають. Попри все, сучасне суспільство вважає смерть зазвичай негативним явищем, а не позитивним.

Таким чином, якісні характеристики структурних компонентів страху смерті як психологічного феномену визначають, який вплив він здійснює на когнітивну, емоційну та поведінкову сферу людини [10]. Отже, теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень дозволив концептуалізувати поняття «страху смерті як психологічного феномену».

1.2. Концептуалізація поняття страху смерті як психологічного феномену особистості.

Концептуалізація поняття «страху смерті» дозволяє науковцям розуміти, як люди думають про свою смерть, як вони реагують на усвідомленість про неї, і як це впливає на їх стратегії поведінки [4, 14]. Крім

того, це дає можливість проводити наукові дослідження, що дозволяють більше дізнатися про різні аспекти страху смерті, такі як його вплив на психічне здоров'я та міжособистісні взаємини [68].

Концептуалізація поняття «страху смерті» також має важливу практичну роль, особливо в психотерапії. Розуміння страху смерті та його джерел дозволяє психотерапевтам розробляти ефективніші підходи до лікування та психотерапії людей, які страждають від тривоги, страхів, депресії та інших психічних розладів, пов'язаних із страхом смерті [18].

Страх смерті також розглядається як невід'ємна характеристика в оцінці та лікуванні іпохондрії. Кілька дослідників рекомендують застосування когнітивно-поведінкової терапії для лікування страху смерті при іпохондрії, включаючи такі стратегії, як ін віво та імагінальна експозиція до смертельних тем, когнітивна переоцінка, підвищення життєвих цілей та задоволення, розвиток здорового способу життя та зниження надмірної перевірки, запитів на підтвердження та безпечних поведінкових реакцій [42, 59].

Страх смерті також вважається важливим фактором у розвитку та перебігу різних тривожних розладів, а також поглиблює тривожну реакцію у людей із проблемами, пов'язаними з тривогою. Згідно до Теорії управління страхом смерті, «якщо страх неіснування лежить в основі людської здатності до тривоги, то нагадування людям про цей глибоко зароджений страх повинно поглибити тривожну реакцію серед людей із проблемами, пов'язаними з тривогою» [50, 51]. Тобто, тривожні розлади розглядаються як наслідок неефективної системи буферизації тривоги. На основі цього припущення було проведено численні дослідження на наявність смертельної тривоги у категоріях тривожних розладів, таких як панічний розлад, агорафобія, специфічні фобії, соціальна фобія [23]. Також було проведено

декілька досліджень щодо взаємозв'язку між тривогою покинутості та страхом смерті. Наприклад, в кореляційному дослідженні, Карас повідомив про значущий зв'язок між тривогою смерті, тривогою розлучення та характеристиками якості прив'язаності. Зокрема, нижчі рівні страху смерті пов'язані з вищою емоційною якістю батьківських стосунків та більш безпечним стилем прив'язаності [45].

Депресивні розлади, в свою чергу, можуть бути пов'язані з екзистенційним відчаєм та відсутністю сенсу існування. Згідно до Теорії управління страхом, депресія викликана слабкою вірою в культурні світогляди та неефективною здатністю зменшувати тривогу та розвивати власний сенс існування, самооцінку та задоволення від взаємин [61, 68]. Цей недостаток захисту від тривоги може привести до відчуття життя без значення, цінності та зв'язку з іншими людьми. Таким чином, депресивним особам може знадобитись додатковий захист від проблем, пов'язаних зі страхом смерті. Ці висновки свідчать про те, що підсилення вірувань світогляду може збільшити значення життя серед депресивних осіб [22, 48, 57].

Багато схильностей до obsесивно-компульсивних розладів семантично пов'язані з феноменом страху власної смерті або близьких (наприклад, бруд, хвороба та небезпека). Відповідно до цього, Стречан та інші дослідники надали переконливі докази того, що нагадування про смерть може збільшувати компульсивну поведінку та пояснювати перебільшений фокус, який люди з obsесивно-компульсивним розладом приділяють усуненню бруду, хвороби та небезпеки [48].

Страх смерті може значно впливати на психіку людини. Згідно з екзистенційною перспективою Ялома, страх смерті постає базовим страхом, який лежить в основі різних розладів [35]. Це підтверджує

трансдіагностичний характер страху перед смертю в розвитку та підтримці психопатології. Психічні розлади можуть розвиватися вже як наслідок недостатньо адаптивних спроб боротьби зі страхом смерті.

Емоційний атрибут страху смерті чітко вказує на те, що страх смерті тісно пов'язаний з основним страхом, також походить від фундаментальних лімбічних структур, які є закріпленими та адаптованими до виживання. Основні системи мозку, що лежать в основі тривоги смерті, включають мигдалеподібне тіло та пов'язані з ним структури, що беруть участь у розвитку імпліцитних (несвідомих) спогадів про страх, а також гіпокамп і пов'язані з ним ділянки кори, які беруть участь у розвитку явних (свідомих) спогадів про страх. Відповідно, у людей дві системи емоційної пам'яті діють паралельно й активуються одними і тими ж подразниками одночасно [24, 67]. Можна зробити висновок, що сприйняття загрози, пов'язаної зі смертю, зливається з когнітивними процесами у формуванні структур пам'яті в людей. Структури емоційної пам'яті, як приховані, так і явні, відіграють важливу роль у сигналізації та регулюванні сприйнятої загрози та посилення страху припинення існування [62]. Страх смерті провокується передчуттям стану, якого в конкретний момент не існує, що визначає здатність осмислювати майбутнє [21, 39].

Виразність смерті (нагадування про особисту смерть/смертність) впливає на тривогу смерті, активізуючи сприйняття жалю та думки щодо можливої смерті, змінюють переконання про себе та активують реакції саморегуляції, які можуть включати перегляд життя, культурну ідентифікацію та самоперевершення [18, 20]. Самоконтроль, в свою чергу захищає від страху смерті та переживання передсмертної тривоги. проте, дослідження вказують на те, що постійне керування думками про смерть втомлює механізми саморегуляції та з часом посилює тривогу смерті.

Також страх чи тривога загибелі визначався у контексті контролю емоційного комфорту, спричиненого розлукою [21]. Фаєрстоун висунув теорію, згідно з якою немовлята відганяють тривогу, створюючи зв'язок із матір'ю, що захищає від розлуки. З рохвитком особистості усвідомлення власної смерті пов'язане із розлукою та стає основним джерелом тривоги. Особистість, що зазнала ранньої розлуки та зневаги, уникає справжніх емоційних зв'язків з іншими та може прийняти цинічну позицію щодо життя та смерті у дорослому віці. Таким чином, автор припустив, що тривога смерті пов'язана зі ступенем індивідуалізації та самоактуалізації. Смертельна тривога зростає, коли людина відмовляється від первинних засобів захисту, досягає нових рівнів самосвідомості та розширює патерни реагування у своєму житті. Коли життя стає більш значущим і цінним, тривога смерті зростає, тому що афективна інвестиція у своє існування збільшується [28].

Страх смерті як психологічний конструкт також є джерелом мотивації. Оскільки тривога смерті є фундаментальною та універсальною для людського стану, виникає після того, як людина здатна концептуалізувати смерть як складний символ, і в основному заперечується або пригнічується, її символічне вираження часто проявляється в художній творчості та накопиченні ресурсів або зусиллях, спрямованих на символічне подолання смерті. Джерело мотивації може виникнути як вираження напруги між нашими фактичними умовами як тимчасових, обмежених істот і людськими прагненнями бути необмеженими, безсмертними істотами. Сукупні дані підтверджують, що психологічний захист від страху перед смертю є джерелом мотивації для різноманітної людської поведінки.

1.3. Загальна характеристика типів прив'язаності особистості.

У цьому розділі буде розглянуто теоретичне вивчення прив'язаності особистості, як процесу, що впливає на багато аспектів життя особистості,

включаючи страх смерті. Саме дослідження різних типів прив'язаності та їх особливостей може допомогти краще зрозуміти, що стає основою того, як люди сприймають власну смерть.

Одним із головних компонентів теорії прихильності Боулбі (1969, 1973, 1979) є точка зору, згідно з якою батьківська чуйність і чутливість до сигналів прихильності немовляти, а також доступність батьків у стресових епізодах забезпечують немовляті «безпечну базу», яка супроводжується емоційним досвідом і дозволяє впоратися з дистресом в майбутньому [38, 44].

На основі своїх спостережень за поведінкою немовлят Ейнсворт та інші дослідники виділила три стилі прихильності: безпечний, амбівалентний і уникаючий. Немовлята, які демонструють безпечний стиль, більш впевнені в доступності своєї матері та більш схильні використовувати її як безпечну базу, ніж небезпечно прив'язані немовлята (або уникаючі, або амбівалентні). Коли вони знову зустрічаються з матір'ю після короткої розлуки, безпечні немовлята прагнуть контакту або принаймні взаємодії з нею, амбівалентні немовлята реагують посиленими амбівалентними проявами прихильності і гніву, а немовлята, які уникають, реагують униканням [36].

Ейнсворт припускала, що три стилі прихильності пов'язані з очікуваннями немовлят щодо доступності та чуйності вихователя [36, 37]. Боулбі назвав ці очікування «робочими моделями» і описав їх як центральні компоненти особистості, що організовують думки, афекти та поведінку, пов'язані з переживаннями прихильності. Ці робочі моделі заслуговують на особливу увагу, оскільки гіпотетично вони є основними джерелами безперервності між досвідом прихильності немовлят і пізнішими почуттями та поведінкою. Хазан і Шейвер виявили, що відносна частота трьох стилів прихильності в дорослому віці подібна до тих, що спостерігаються в

дитинства, і що дорослі стилі кохання індивідів пов'язані з їхньою історією прихильності та робочими моделями [45, 56].

Табл. 1.3.1 Типи прив'язаності

<i>Надійний тип прив'язаності</i>	<i>Унікаючий тип прив'язаності</i>	<i>Амбівалентний тип прив'язаності</i>
<p>Дозволяє легко керувати пізнавальним інтересом особистості, коли вона перебуває в безпеці/небезпеці.</p> <p>Розвивається даний тип прив'язаності за умов чуйності та уважності матері до сигналів та потреб дитини.</p>	<p>Розвитку даного типу прив'язаності сприяє уникнення фізичного контакту та різкості поведінки матері дитини та відсторонення у тих ситуаціях, коли дитина проявляла емоційні реакції.</p>	<p>Розвитку даного типу прив'язаності сприяє непередбачуваність та нестійкість у своїй доступності при потребі дитини, заперечення потреби в автономії, що сприяє відсутності бажання пізнавати світ.</p>

Попри те, що першочергово Боулбі вивчав поведінку немовлят та маленьких дітей, він потім помітив, що біологічно обумовлена потреба в прихильності прослідковується протягом всього життя особистості. Близькість на фізичному рівні необхідна маленьким дітям, що, в свою чергу, з віком трансформується в емоційну близькість [44].

Було також виявлено, що робочі моделі прихильності впливають на стратегії, які люди використовують для вирішення проблем, пов'язаних із прихильністю, і, узагальнюючи, для регулювання афектів у будь-якій тривожній або складній ситуації. Наприклад, дослідники виявили що студенти коледжу, які демонстрували безпечний стиль, були менш

тривожними та менш ворожими та регулювали негативні почуття більш конструктивним чином, ніж ті, хто демонстрував амбівалентний або унікальний стиль [48].

Кобак і Скірі також окреслили відмінні способи регуляції афекту, про які свідчать амбівалентні та уникаючі особи. Особи, для яких характерна амбівалентна модель прихильності, мають тенденцію посилювати негативні почуття, надто пильним чином спрямовуючи увагу на страждання. Згідно з термінами Мейна та інших дослідників, амбівалентні особи мають вільний доступ до заплутаних і негативних афектів і спогадів, пов'язаних із досвідом прихильності в дитинстві, що постійно створює високий свідомий рівень тривоги та страждань.

Люди, які уникають, навпаки, схильні модулювати негативні почуття, обмежуючи визнання страждань і приймаючи те, що Боулбі називає «компульсивною самовпевненістю» [44, 53].

Така стратегія проявляється в наголосі на автономії та самовпевненості, відкиданні важливості стосунків прихильності, підтримці дистанції до фігур прихильності та стримуванні прояву негативних емоцій. Таким чином шаблон уникання відволікає занепокоєння соціального відторгнення від свідомості, обмежуючи його нижчими рівнями усвідомлення.

Лінія міркувань, наведена вище, припускає, що моделі прихильності можуть впливати не тільки на ступінь негативних почуттів у важких ситуаціях, але й на методи, які люди використовують для подолання цього дистресу [11]. Це дослідження продовжило цю лінію мислення, досліджуючи зв'язок між стилями прихильності та страхом особистої смерті [6, 56]. Цей страх був обраний для проведення тематичного дослідження впливу прихильності на регуляцію афекту, тому що (а) страх смерті є універсальним страхом, (б) власна смерть тягне за собою незворотне

розлучення з коханими людьми, і, таким чином, може активувати пов'язану з прихильністю схему і (с) вважається, що страх смерті символічно представляє страх немовляти перед розлукою з матір'ю.

Психоаналітик У. Біон описував процес контейнування емоційних переживань дитини матір'ю, що дозволяє відтворювати в припустимій для дитини формі складні емоційні переживання. Фонагі, в свою чергу, стверджував, що таке контейнування є необхідним для того, аби: 1) дати можливість усвідомити причину дистресу та його емоційні наслідки, 2) дозволити пережити дистрес та знизити його. Автор стверджував, що особи з надійною прив'язаністю здатні до процесу менталазації. Менталізація, в свою чергу, створює умови для афективної, когнітивної та поведінкової гнучкості в різних ситуаціях. Цей процес дозволяє особистості виявляти та модулювати афекти, аби вони могли виконувати свою ключову роль – допомагати особистості оцінювати світ та на основі даної оцінки вибудовувати власну поведінку адаптивним способом [53].

1.4. Особливості зв'язку страху смерті як психологічного феномену із типами прив'язаності особистості.

Психологи, орієнтовані на екзистенцію, вважають, що тривога щодо смерті також лежить в основі всіх інших форм психологічного дистресу. На основі теоретичного аналізу страху смерті можна зробити висновок, що люди постійно борються з тривогою про свою можливу смерть, проте страх з приводу смерті є більш помітним за деяких обставин. Одним із прикладів особливого досвіду, який пов'язаний із підвищеною тривогою смерті, є переживання травми. Одна з причин такого зв'язку полягає в тому, що травма роз'їдає відчуття підтримки та надії щодо себе та свого майбутнього, фактори, які зміцнюють стійкість людини до переживання страху смерті. У відповідності з цією ідеєю існує низка досліджень, які свідчать про те, що

тривога смерті поширена серед людей, які зазнали травматичного досвіду, і пов'язана з симптомами посттравматичного стресу. Крім того, дослідження показують, що тривога смерті передвіщає симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) понад інші симптоми психологічного дистресу та способи подолання цих симптомів.

Не всі травматичні переживання однаково викликають психологічний стрес [5]. Відповідно до теорії травми через зраду, травматичний досвід особливо ймовірно призведе до психологічного стресу, якщо він спричинений кимось, на кого постраждалий від травми покладался для безпеки чи підтримки. Подібний травматичний досвід з високим рівнем зради називається травмою зради. Дослідження показують, що вплив сильної травми через зраду є найсильнішим провісником симптомів ПТСР і часто єдиним провісником симптомів ПТСР, якщо контролювати травму меншою зрадою [61].

Ще більше, ніж інші форми травми, серйозна травма через зраду порушує почуття довіри серед тих, хто її переживає, що призводить до посилення почуття безпорадності та безнадійності, яке значно перевищує почуття інших форм травми. Це може зробити сильну травму від зради особливо ймовірною, щоб викликати тривогу смерті. Однак, незважаючи на перетину досліджень тривоги смерті, травми та пов'язаного з травмою дистресу, було мало досліджень, які б вивчали зв'язок між сильною травмою через зраду та тривогою смерті. Таке дослідження є виправданим не лише для заповнення прогалини в дослідженні саме тих факторів, які можуть сприяти виникненню страху перед смертю, але й для інформування про лікування та психотерапію тих клієнтів, чий поточні труднощі включають високий рівень тривоги перед смертю, що, з точки зору деяких

екзистенційних підходів до психотерапії, лежить в основі причин психологічного стресу [61].

В контексті теорії прив'язаності Боулбі, було виявлено, що немовлята батьків, які чуйно реагують на сигнали прихильності, у порівнянні з немовлятами батьків, які не реагують, реагують на ситуації розлуки меншим переживанням страху, ворожості та уникнення і виявляють більш пошукову поведінку. З точки зору Ейнсворт, така модель поведінки відображає безпеку прихильності немовлят до їхніх опікунів, яка, як виявилось, пов'язана з більшою позитивною дією, меншим страхом у нових ситуаціях, кращим вирішенням проблем та більшою внутрішньою стійкістю [40, 44, 53].

Моделі прихильності можуть впливати не тільки на ступінь негативних почуттів у важких ситуаціях, але й на методи, які використовує людина для подолання цього дистресу [5, 43]. Саме тому, страх смерті, що виступає основою всіх інших страхів доцільно розглядати в контексті зв'язку із особливостями прив'язаності особистості, адже саме смерть спричиняє розлучення з близькими людьми, що може активувати схеми, пов'язані з прихильністю. Також вважається, що страх смерті символічно представляє страх немовляти перед розлукою з матір'ю.

Висновки до розділу 1

1. На основі теоретичного аналізу вітчизняної та зарубіжної літератури визначили поняття «страх смерті» та розглянули психодинамічний, гуманістичний, екзистенційний підхід, сучасні теорії страху смерті. Страх смерті виступає результатом страху втрати об'єкту та дозволяє особистості відчувати контроль над власною смертю та шукати способи його подолання, страх смерті пов'язаний із цінностями та самовираженням особистості. Страх смерті як психологічний феномен лежить в основі різних страхів людини та більшість людської поведінки

може бути пояснена як спроба досягти психологічної рівноваги перед усвідомленням власної смерті. Було розглянуто сучасну теорію управління страхом смерті та модель подвійного процесу (проксимальні та дистальні захисні механізми, які використовуються для запобігання перетворенню думок про смерть на страх перед нею).

2. Теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень дозволив концептуалізувати поняття «страху смерті як психологічного феномену». Було розглянуто страх смерті в якості фактору перебігу тривожно-депресивних розладів, obsесивно-компульсивних розладів та вплив страху смерті на психіку людини. Також описано емоційний аспект (системи мозку, що лежать в основі, поняття емоційної пам'яті, саморегуляція та самоконтроль, джерело мотивації особистості).

3. Було визначено поняття «психологічна прив'язаність особистості», що формується на основі ранньої прив'язаності особистості, описано різні типи психологічної прив'язаності особистості.

4. Сформована прив'язаність у дитинстві та робочі моделі прихильності впливають на стратегії, які люди використовують для вирішення проблем, пов'язаних з регулюванням афектів у будь-якій тривожній або складній ситуації. Саме тому, страх смерті, що виступає основою всіх інших страхів доцільно розглядати в контексті зв'язку із особливостями прив'язаності особистості, адже саме смерть спричиняє розлучення з близькими людьми, що може активувати схеми, пов'язані з прихильністю.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ РОЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ У ФОРМУВАННІ СТРАХУ СМЕРТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ФЕНОМЕНУ

2.1. Концептуальна та операціональна модель дослідження

На основі теоретичного аналізу наукових джерел з проблематики дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті було розроблено концептуальну модель дослідження, до якої увійшли такі змінні, як «психологічна прив'язаність особистості», «тип контролю», «страх смерті як психологічний феномен», «стратегії поведінки особистості». Змінна «психологічна прив'язаність особистості» включає такі типи, як «надійна прив'язаність», «уникаюча прив'язаність», «амбівалентна прив'язаність», «дезорганізована прив'язаність». У випадку дослідження даної дипломної роботи враховували три типи прив'язаності особистості: надійна, уникаюча та амбівалентна.

**ПСИХОЛОГІЧНА
ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ
ОСОБИСТОСТІ**

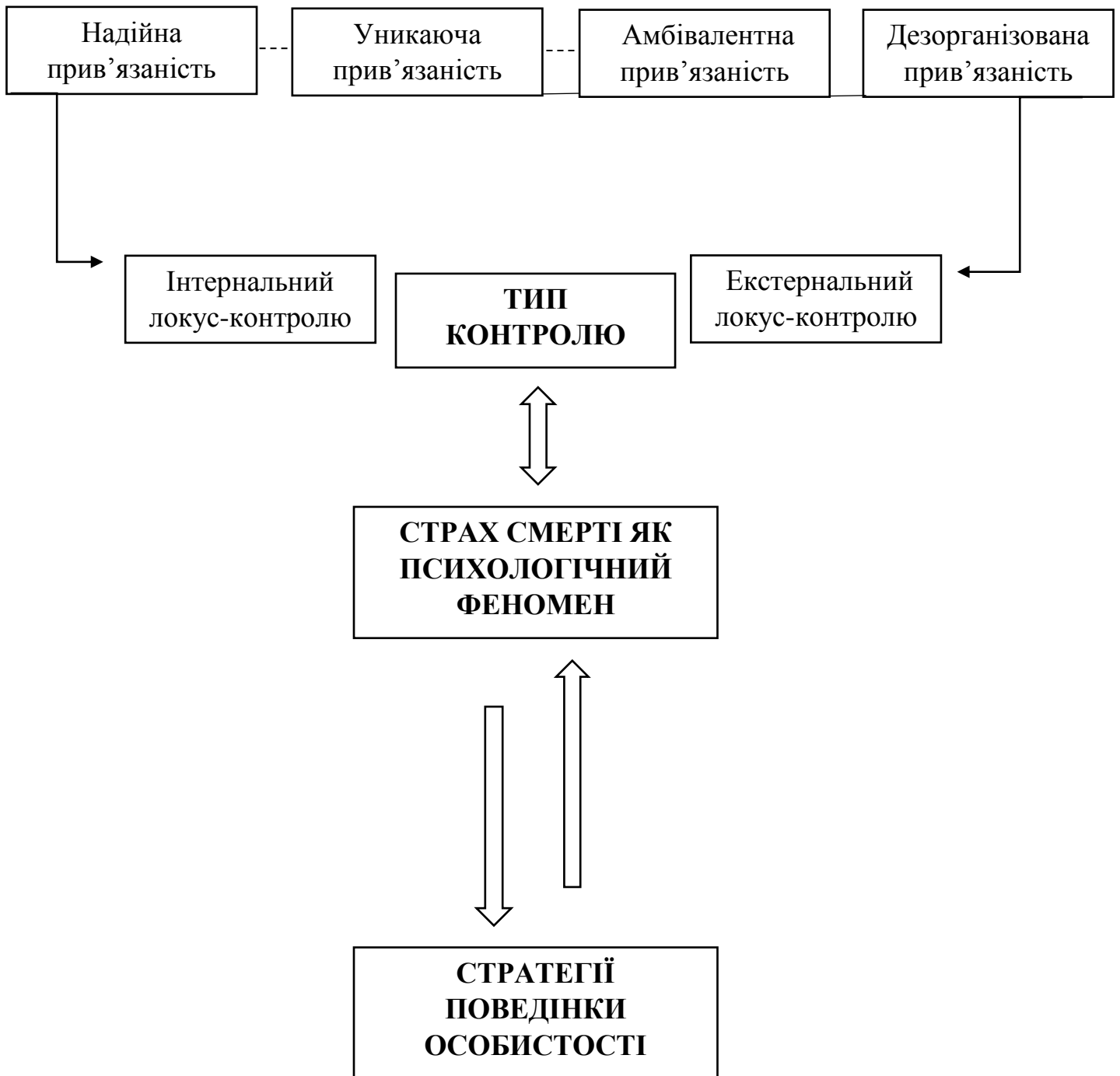


Рис. 2.1.1. Концептуальна модель дослідження

На основі концептуальної моделі дослідження представлено операціональну модель дослідження, яка обґрунтовує доцільність

використання методик для дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті в особистості:

Табл. 2.1.1 Операціональна модель дослідження

Явище, яке досліджується	Методика дослідження
1. Страх смерті як психологічний феномен	Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised
2. Ставлення до смерті	Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised
3. Психологічна прив'язаність особистості	Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / Adult attachment scale Nancy L. Collins and Stephen J. Read
4. Рівень суб'єктивного контролю особистості	Методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / Rotters Locus control scale
5. Стратегія поведінки особистості	Методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкман, Р. Лазарус / Ways of coping scale Folkman, S., Lazarus, R. S.

2.2. Методологія емпіричного дослідження

На основі теоретичних засад дослідження, емпіричне дослідження має за мету проаналізувати особливості ролі прив'язаності у формуванні страху смерті.

У дослідженні було використано наступні методи:

1. **Теоретичні** – аналіз психологічної та педагогічної літератури, порівняльний аналіз, систематизація та узагальнення психологічних даних з проблеми дослідження страху смерті як психологічного феномену, дослідження типів прив'язаності особистості, дослідження основних способів подолання страху смерті.

2. **Емпіричні** – психодіагностичні та проєктивні методики;

3. **Кількісні методи** (математично-статистичної обробки та візуалізації емпіричних даних):

- Ф-критерій Фішера – для перевірки рівності дисперсій вибірок дослідження, оцінювання та перевірки доцільності включення або виключення незалежних змінних у регресійну модель. У випадку даного дослідження для оцінювання переживання страху смерті та ставлення до смерті у різних груп дослідження (жителі України та жителі інших країн).

- Метод кореляційного аналізу Пірсона, або Crosstabs – таблиці кростабуляції, або пов'язаності для опису зв'язку двох, або більше номінальних (категоріальних) змінних. У випадку дослідження ролі прив'язаності у формуванні страху смерті особистості зв'язок встановлювався зі змінною «страх смерті».

- Однофакторний дисперсійний аналіз – використовується для того, аби порівняти декілька вибірок у дослідженні за певною ознакою. У випадку даного дослідження аналіз відбувався за ознакою типу прив'язаності особистості.

- Факторний аналіз – це математично-статистична процедура для виявлення відносно невеликої кількості прихованих конструктів, які можна використовувати для представлення відносин між численними змінними, що досліджуються. Основними завданнями факторного аналізу є скорочення розмірності та пошук об'єктивних закономірностей. Використання даного методу кількісного аналізу було пов'язано із дослідженням такого психологічного феномену, як страх смерті для представлення відносин між численними змінними в результаті проведення психодіагностичних методик.

- Регресійний аналіз – кількісне вираження зв'язку або залежності між залежною змінною та незалежною, або незалежними змінними. Регресійний аналіз використовується з двох причин: 1) опис залежності між змінними допомагає встановити наявність можливого причинного зв'язку; 2) для встановлення незалежної змінної для залежної, оскільки рівняння регресії дозволяє прогнозувати значення залежної змінної за значеннями незалежних змінних: виявлення закономірності, яка зображена у вигляді рівняння регресії. У випадку дослідження ролі прив'язаності у формуванні страху смерті незалежними змінними виступали ті, що були визначені з допомогою факторного аналізу, а залежною – страх смерті особистості.

2.3. Обґрунтування методик дослідження

В даній дипломній роботі для виявлення було використано 5 психодіагностичних методик, а саме:

1. Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised

2. Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / Adult attachment scale Nancy L. Collins and Stephen J. Read

3. Методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / Rotters Locus control scale

4. Методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкман, Р. Лазарус / Ways of coping scale Folkman, S., Lazarus, R. S.

Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised

Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера (Death Attitude Profile-Revised) була розроблена в середині 90-х років на основі першого варіанту даної методики 1988 року. Дана методика отримала визнання та поширення серед сучасних дослідженнях страху смерті як психологічного феномену. Розробники даного інструментарію повідомляють про показники ретестової надійності та внутрішньої узгодженості. За висновками Неймейра, відомого спеціаліста у сфері танатопсихологічних досліджень, дана методика постає однією з кращих методик для вивчення ставлення до смерті, також має хорошу внутрішню узгодженість, конструктивну та факторіальну валідність [69].

Теоретичною основою даної методики дослідження виступає положення про те, що базова мотивація особистості спрямована саме на пошук сенсу в житті. Відповідно, на думку прихильників екзистенціальних психологів тривога смерті посилюється тоді, коли особистість зіштовхується із невдачами у пошуку сенсу існування. Автори методики роблять висновок про те, що страх смерті тісно пов'язаний з прийняттям власної смертності. Прийняття неминучості смерті не виключає тривоги та страху з цього приводу.

Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» включає 32 пункти самозвітного типу. Дана методика складається із 5 шкал:

1. Страх смерті (Fear of death) – негативні думки щодо стану смерті та помирання.

2. Уникнення теми смерті (Death avoidance) – погляд на смерть як шлях до життя після смерті.

3. Нейтральне прийняття (Neutral acceptance) – погляд на смерть як на реальність, яка не лякає.

4. Наближене прийняття (Approach acceptance) – погляд на смерть як шлях до життя після смерті

5. Звільняюче прийняття (Escape acceptance) – погляд на смерть як на втечу від болісного існування.

Шкала "Страх смерті" включає пункти, які дозволяють оцінити негативні емоції людини, пов'язані з її власною смертю.

Шкала «Уникнення теми смерті» містить пункти, які, в свою чергу, дозволяють оцінити досвід людини в уникненні думок та розмов на тему смерті з метою зменшення тривоги. Автори вважають, що ця шкала допомагає опосередковано оцінити механізми психологічного захисту свідомості від усвідомлення смерті. У ставленні до смерті людина зіштовхується зі смертю та переживанням страху щодо смерті. При уникненні смерті людина уникає думати чи говорити про смерть, щоб зменшити власне переживання страху. Таким чином, негативне ставлення до смерті може супроводжуватися або високим рівнем страху смерті, або ж високим рівнем уникнення теми смерті та не мати високий рівень страху смерті [49].

Інші шкали дослідники відносять до позитивного ставлення до смерті.

Шкала "Нейтрального прийняття" включає пункти, які оцінюють переконання, що смерть є частиною життя, яка не викликає почуттів та приймається як даність. Шкала «Наближеного прийняття» полягає в переконанні про те, що смерть є лише переходом до іншого життя. Шкала «Звільняючого прийняття» робить акцент на тому, що смерть пропонує

звільнення від фізичної або психологічної болі та страждань. Таким чином, особистості, які переживають труднощі в житті, пов'язані з болем та стражданнями можуть вважати смерть хорошою альтернативою життя. Дану шкалу дослідники також пов'язують із суїцидальними нахилами особистості.

Позиція Вонга передбачає те, що розглядаються всі виділені ставлення до смерті, які так чи інакше співвіснують між собою.

На базі концептуального аналізу феномену «ставлення до смерті», автори ідентифікували три типи ставлення до смерті: нейтральне, наближене та звільняюче.

Нейтральне ставлення до смерті

Таке визначення ставлення до смерті базується на основному принципі гуманістичної та екзистенціальної психології та полягає в тому, що самоактуалізація можлива лише тоді, коли особистість здатна прийняти факт власної смертності. Франкл свого часу вважав, що пошук сенсу існування позбавляє від страждань у житті. Брегман зауважував, що якщо смерть є природнім процесом, то прийняття смерті постає моральним благом, а заперечення – порушення цього блага.

Наближене прийняття

Дане визначення ставлення до смерті базується на вірі в життя після смерті. Дослідники визначали, що люди із сильною релігійною прихильністю частіше вірять у життя після смерті та менше бояться власної смерті, проте ця віра частіше пов'язана із різними показниками релігійності. Також автори виявляли, що будь-який досвід смерті схиляє людей до більшої релігійної участі та високих показників за даною шкалою. Наразі, за проведеними дослідженнями, зв'язок між страхом смерті та релігійними переконаннями залишається непереконливим, адже існує як негативний так і позитивний зв'язок між змінними «страх смерті» та «релігійні переконання». Такі

розбіжності можуть зумовлюватись тим, що наводяться різноманітні концептуалізації та вимірювання як релігійності, так і страху смерті.

Також є підтвердження того, що страх смерті менший у людей, які мають сильні релігійні переконання або дотримуються зовсім цих переконань. Це підтверджує ймовірність того, що особистості з сильними переконаннями можуть набувати відчуття символічної безсмертності (здатність символізувати смерть та безперервність життя), що неабияк допомагає в подоланні страху смерті [49].

Звільняюче прийняття

Дане визначення ставлення до смерті ґрунтувалось на дослідженнях Вернона, який припускав, що танатична тривога може бути меншою, ніж страх власного існування. У тих випадках, коли життя особистості наповнене стражданнями та болем та ймовірності полегшення немає, смерть постає єдиним порятунком та страх смерті значно зменшується. Як правило, особистості, які демонструють високі показники за даною шкалою, не можуть ефективно долати життєві труднощі.

Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / Adult attachment scale Nancy L. Collins and Stephen J. Read

Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід (Adult attachment scale) була розроблена у

Основне припущення у розробці методики ґрунтувалось на дослідженні прихильності та полягає в поясненні того, що чутлива реакція батьків на потреби немовляти призводить до того, що дитина демонструє надійну прихильність, тоді як відсутність такої чутливої реакції призводить до небезпечної прихильності.

Теорія прихильності забезпечує не тільки структуру для розуміння емоційних реакцій у немовлят, але й основу для розуміння поведінки

дорослих. Вважається, що стилі прихильності у дорослих впливають безпосередньо з робочих моделей (або ментальних моделей) себе та інших, які були розроблені в дитинстві. Трикомпонентну класифікацію стилів прихильності Ейнсворт було переведено на терміни дорослих стосунків [46,47].

Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід (Adult attachment scale) містить 18 пунктів, які структуруються за трьома підшкалами (кожна складається з 6 пунктів):

(а) підшкала близькості вимірює ступінь комфорту людини з близькістю та інтимністю;

(b) субшкала залежності оцінює ступінь, до якого людина відчуває себе комфортно в залежності від інших і вірить, що на людей можна покластися, коли це необхідно;

(с) субшкала тривоги вимірює ступінь, до якого людина турбується про те, що її відкинуть і покинуть інші.

Учасникам пропонується відповісти на кожен пункт з точки зору їх загальної орієнтації на близькі стосунки [46, 47].

Надійна прихильність

Безпечним дорослим відносно легко зблизитися з іншими, їм зручно залежати від інших і коли інші залежать від них. Захищені дорослі не часто хвилюються, що їх покинуть або хтось надто близько наблизиться до них.

Унікаюча прихильність

Дорослим з унікаючим стилем прихильності некомфортно бути поруч з іншими, їм важко повністю довіряти іншим, важко дозволяти собі залежати від інших. Дорослі з ненадійним унікаючим стилем прихильності часто нервують, коли хтось наближається занадто близько у стосунках.

Амбівалентна прихильність

Дорослі з амбівалентним стилем прихильності підозрюють, що інші не бажають підходити настільки близько, наскільки вони цього прагнуть у стосунках. Дорослі з таким типом прихильності часто хвилюються, що їхній партнер насправді не бажає залишатися поруч. В них є переконання у необхідності психологічного злиття з іншою людиною.

Методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / Rotters Locus control scale

Методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера (Rotters Locus control scale) була запропонована автором у 1966 р та стала активно впровадженою у сучасні дослідження. Ця методика допомагає у виявленні напряму локусу контролю індивіда до зовнішнього (екстернальний тип), або внутрішнього (інтернальний тип) стимулу. Методика «Рівень суб'єктивного контролю» складається з 44 пунктів, які дозволяють вивчати екстернальність-інтернальність у міжособистісних і сімейних стосунках [7].

Екстернальний тип особистості переконаний, що їх невдачі не знаходяться під їх особистісним контролем та є результатом випадкових подій та, перш за все, негативного впливу інших особистостей. Екстернальний тип особистості має потребу у похвалі та сильній зовнішній підтримці [25].

Інтернальний тип, у свою чергу, є відображенням протилежного стилю мислення, що виражається у переконанні, що усі успіхи та невдачі залежать в першу чергу та виключно від них самих. Інтернальний тип на відміну від екстернального має схильність до осмислювання власної поведінки та менше підкорюється думці інших людей. Цей напрям контролю відображає особистісну відповідальність за власне життя. Цей тип має більш виражену волю до внутрішньої та зовнішньої свободи.

Дж. Роттер у своїй науковій роботі розглядав роль мотиваційних та когнітивних факторів у навчінні людини та поведінку у контексті соціальних ситуацій та стосунків.

Методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкмана, Р. Лазаруса / Ways of coping scale Folkman, S., Lazarus, R. S.

Р. Лазарус визначає копінг як прагнення особистості до вирішення різних сфер проблем та труднощів, що активізують адаптивні можливості особистості у ситуаціях, пов'язаних з небезпекою та ситуаціях, які, зокрема, спрямовані і на значні досягнення. Автор зазначав, що індивід в одних випадках застосовує захисні стратегії подолання, а в інших – стратегії вирішення проблеми шляхом зміни системи власних ставлень, що пов'язані із зовнішнім середовищем. І от саме при зіткненні зі стресовою подією (до прикладу, ситуації, що пов'язані зі смертю) відбувається процес когнітивної оцінки, подолання та емоційної переробки». Психологічне подолання визначається як конкретні поведінкові зусилля особистості, які спрямовані на зниження впливу стресу (копінг-стратегії).

Вибір копінг-стратегій у стресовій ситуації дозволяє прогнозувати рівень психічного та фізичного здоров'я студента. Використання активних поведінкових стратегій впливають на поліпшення емоційного самопочуття, а до його погіршення призводять стратегії саме уникнення проблем і застосування пасивних стратегій, спрямованих на зменшення емоційної напруги.

Виокремлюються серед усіх копінг-стратегії за двома категоріями:

1) копінг, який сфокусований на проблемі (усунення стресового зв'язку між особистістю й середовищем, зміна когнітивної оцінки ситуації).

2) копінг, сфокусований на емоціях, управління емоційним стресом (уникнення проблемної ситуації, заперечення ситуації, уявне або поведінкове дистанціювання, гумор).

Розробники виділили вісім копінг-стратегій: планування вирішення проблем, позитивна переоцінка, прийняття відповідальності, пошук соціальної підтримки, конфронтація, самоконтроль, дистанціювання, уникнення. Деякі копінг-стратегії належать до проблемно-орієнтованого копінгу: 1) конфронтація, 2) стратегія планування вирішення проблеми. Найбільш адаптивними копінг-стратегіями, на думку авторів, ті, що спрямовані на вирішення проблемної ситуації [7].

Оцінювання даної методики проводиться за субшкалами: конфронтація, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, уникнення, планування вирішення проблеми, позитивна переоцінка.

Опис шкал:

1. *Конфронтація* – вирішення проблем методом поведінкової активності, що спрямована, перш за все, на подолання перешкод. Така стратегія може проявлятися у вигляді відреагування негативних емоцій, імпульсивній поведінці, іноді у конфліктному чи ворожому ставленні до оточуючих.

2. *Дистанціювання* – спроба знизити значимість проблеми, емоційно відсторонитись від неї (з допомогою знецінення, раціоналізації).

3. *Самоконтроль* – це копінг-стратегія, яка допомагає подолати складну ситуацію шляхом придушення та стримування емоцій, щоб зменшити їх вплив на поведінку.

4. *Пошук соціальної підтримки* – залучення до вирішення проблеми оточуючих, очікування підтримки, співчуття, потреба уваги з боку інших.

5. *Прийняття відповідальності* – розуміння людиною власної ролі у виникненні складної ситуації та бажання вирішити її самостійно. Проте, може відбуватися із допомогою самозвинувачення, самокритики чи перебільшення відповідальності.

6. *Втеча-уникання* – це своєрідне заперечення існування проблеми та ситуації, відволікання від вирішення.

7. *Планування рішення* – раціональний аналіз ситуації та вибір найкращого рішення з ряду можливих альтернатив.

8. *Позитивна переоцінка* – зміна ставлення до складної ситуації, спроба знайти її позитивне значення для саморозвитку, особистісного зростання.

2.4. Опис вибірки та процедури дослідження

Задля виявлення ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті було проведено емпіричне дослідження, в якому було сформовано дослідницьку вибірку, яку склали 62 особи віком від 21 до 35 років. Вибірка була поділена на дві групи – українці, що проживають в Україні та іноземці, що проживають закордоном з володінням англійською мовою для можливості проходження опитування. Оскільки предметом дослідження виступає роль психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті, що є доволі актуальним при дослідженні вибірки українців у часи повномасштабного вторгнення в порівнянні із вибіркою тих осіб, що не проживають на території України. Дана вибірка дає змогу проаналізувати та дослідити типи психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті особистості.

До групи українців, що проживають в Україні увійшли 42 досліджуваних віком від 21 до 35 років з рівнем володіння англійською мовою, що дозволяє проходити оригінальні методики в дослідженні). До групи іноземців, що проживають закордоном (Польща, Чеська Республіка,

Словацька Республіка) увійшли 20 досліджуваних віком від 21 до 34 років. Така вибірка зумовлена необхідністю порівняти специфіку переживання страху смерті у людей, які мають різну кількість та рівень переживань ситуацій, які пов'язані зі страхом смерті, що пов'язано із війною на території України.

Дослідження проводилося з використанням онлайн-засобів (на платформі Google forms). Такий вибір проведення дослідження був обґрунтований вимогами часу (війна на території України) та самими дослідженням (у дослідженні брати участь мешканці інших країн, які не змогли б пройти дослідження на території України). Оцінювання розуміння змісту запропонованих методик відбувалося з допомогою опитування після проходження методик мовою оригіналу.

Емпіричне дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті включало наступні етапи:

1. Теоретичний (визначення проблеми дослідження та завдань, вибір відповідних методів дослідження).
2. Розробка концептуальної та операціональної моделі дослідження.
3. Планування дослідження (визначення конкретних методик та вибір інструментів даного дослідження).
4. Збір даних емпіричного дослідження (перенесення інформації щодо методик та анкетування (вік, місце проживання, рівень володіння англійською мовою, оскільки дослідження було проведено серед респондентів, для яких англійська мова є іноземною, проте вони добре нею володіють) в Google forms та поширення серед респондентів, внесення результатів в програму Jamovi, обчислення та математична обробка даних,

використання однофакторного дисперсійного аналізу, факторного аналізу, регресійного аналізу.

5. Інтерпретація та опис результатів дослідження.

Висновки до розділу 2

1. Проблематика дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті передбачає використання теоретичних, емпіричних та кількісних методів при організації та проведенні емпіричного дослідження. Аналіз теоретичних методів з проблематики страху смерті як психологічного феномену дозволив побудувати концептуальну модель дослідження, що, в свою чергу, сприяло виділенню основних взаємозв'язків таких психологічних феноменів, як типи психологічної прив'язаності, копінг стратегії та локус контролю особистості.

2. На основі побудованої концептуальної моделі, було побудовано операціональну модель дослідження, яка обґрунтовує доцільність використання таких методик для дослідження:

3. Використання таких кількісних методів у дослідженні, як критерій Фішера, однофакторний дисперсійний, регресійний, кореляційний та факторний аналіз обґрунтовується необхідністю статистичної обробки тих емпіричних даних, що необхідні для отримання результатів особливостей взаємозв'язку психологічних феноменів з проблематики дослідження.

4. Вибір саме досліджуваних українців, що переживають в Україні та іноземців, що переживають закордоном зумовлений тим, що саме ці групи відрізняються за рівнем та кількістю переживань ситуацій, що пов'язані зі страхом смерті, оскільки група українців, що проживають на території України частіше зіштовхується із різноманітними ситуаціями, які можуть викликати страх смерті, що пов'язано із війною на території України.

РОЗДІЛ 3 АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

3.1. Особливості прояву страху смерті як психологічного феномену в осіб з різним типом психологічної прив'язаності

В дослідженнях особливостей прояву страху смерті було зроблено порівняльний аналіз статистично значимих відмінностей отриманих даних. Порівняльний аналіз відбувався на основі таких показників: «страх смерті», «нейтральне прийняття смерті», «наближене прийняття смерті», «звільняюче прийняття смерті», «уникнення страху смерті». Було зроблено порівняльний аналіз статистично значимих відмінностей у груп українців та іноземців за

окремими критеріями. Для цього використовувався критерій Фішера в математично-статистичній обробці даних для порівняння психологічних даних груп українців та іноземців за частотністю критерію страху смерті та ставлення до смерті та типу психологічної прив'язаності.

Таблиця 3.1.1

Відмінності прояву ставлення до смерті

Ставлення до смерті	Мешканці України	Мешканці інших країн
Високий рівень страху смерті	21,4%	10,0%
Середній рівень страху смерті	52,4%	45,0%
Низький рівень страху смерті	45,0%	26,2%

Примітка:* $p \leq 0,01$ $p \leq 0,05$ за критерієм Фішера – порівняння між групами.

За результатами порівняльного аналізу за критерієм Фішера можна зробити висновки про те, що мешканцям України та мешканцям інших країн однаковою мірою притаманний прояв високого, середнього та низького рівня страху смерті. Це означає, що немає відмінності за місцем проживання у становленні страху смерті.

Також було зроблено порівняльний аналіз статистично значимих відмінностей у осіб з різним типом психологічної прив'язаності (надійна, уникаюча та амбівалентна психологічна прив'язаність).

У процесі математичної обробки даних було використано однофакторний дисперсійний аналіз. Результати, які були отримані після проведення діагностичних методик, дозволили проаналізувати статистично

значущі відмінності в осіб з різним типом психологічної прив'язаності за критеріями переживання страху смерті та нейтрального прийняття смерті. Щодо критеріїв наближеного та звільняючого прийняття смерті, уникнення теми смерті статистично значущих відмінностей у осіб з різним типом психологічної прив'язаності не виявлено.

Табл. 3.1.2

Однофакторний дисперсійний аналіз психологічних проявів ставлення до смерті з різним стилем прив'язаності

Прояви ставлення до смерті	Коефіцієнт значущості відмінностей між досліджуваними з різним типом психологічної прив'язаності (p)
Страх смерті	0,001*
Уникнення теми смерті	0,019
Нейтральне прийняття	0,001*
Наближене прийняття	0,403
Звільняюче прийняття	0,357

Примітка: * $p \leq 0,05$ за однофакторним дисперсійним аналізом – статистично значуща відмінність між групами.

Спрямоване визначення того, особи з яким типом психологічної прив'язаності більшою мірою переживають страх смерті показано у таблиці, яка зображує відмінність за проявом страху смерті у осіб з різним типом психологічної прив'язаності.

Табл. 3.1.3

Дослідження страху смерті в осіб з різним типом психологічної прив'язаності

Дослідження страху смерті як психологічного феномену	Відмінність між особами з різним типом психологічної прив'язаності	Показник значущості
Страх смерті	Особи з надійною та амбівалентною прив'язаністю	0,003**
	Особи з унікаючою та амбівалентною прив'язаністю	0,328
	Особи з надійною та унікаючою прив'язаністю	0,014*

Примітка: * $p \leq 0,05$ за однофакторним дисперсійним аналізом – статистично значуща відмінність між групами.

Було виявлено відмінності у переживанні страху смерті у осіб з унікаючим та амбівалентним типом прив'язаності на противагу надійному типу прив'язаності особистості. Таким чином, особи з унікаючим та амбівалентним типом прив'язаності демонструють схожі переживання щодо власної смерті.

Спрямоване визначення того, особи з яким типом психологічної прив'язаності більшою мірою демонструють нейтральне прийняття показано у таблиці , яка зображує відмінність за проявом нейтрального прийняття смерті у осіб з різним типом психологічної прив'язаності.

Табл. 3.1.4

Дослідження нейтрального прийняття смерті в осіб з різним типом психологічної прив'язаності

Дослідження страху смерті як психологічного феномену	Відмінність між особами з різним типом психологічної прив'язаності	Показник значущості
Нейтральне прийняття смерті	Особи з надійною та амбівалентною прив'язаністю	0,108
	Особи з унікаючою та амбівалентною прив'язаністю	0,007**
	Особи з надійною та унікаючою прив'язаністю	0,001**

Було виявлено відмінності у нейтральному прийнятті смерті у осіб з надійним та амбівалентним типом прив'язаності на противагу унікаючому типу прив'язаності особистості. Таким чином, особи з надійною та амбівалентною прив'язаністю демонструють схоже прийняття власної смерті.

Таким чином, можна робити висновок про відмінності у переживаннях страху смерті як психологічного феномену у осіб з різним типом прив'язаності. Щодо особливостей даних відмінностей слід зауважити, що надійному типу психологічної прив'язаності досліджуваної вибірки меншою мірою притаманне переживання страху смерті, а в осіб з унікаючим

типом психологічної прив'язаності менше проявляється нейтральне прийняття смерті.

3.2. Факторний аналіз рівня суб'єктивного контролю, копінг-стратегій та типу психологічної прив'язаності особистості

В дослідженні особливостей прояву страху смерті як психологічного феномену було проведено факторний аналіз отриманих даних після проведення діагностичних методик. Факторний аналіз відбувався на основі таких показників, як рівень суб'єктивного контролю, вибір поведінкової стратегії та тип психологічної прив'язаності особистості. Однією з гіпотез нашого дослідження було те, що копінг-стратегії, які характерні для осіб з надійним типом прив'язаності зменшують страх смерті. Таким чином, постало доцільним проаналізувати відносини між локус-контролем особистості, копінг-стратегіями та типом прив'язаності особистості.

Для цього використовувався факторний аналіз в математично-статистичній обробці даних Jamovi, що використовується для виявлення відносно невеликої кількості прихованих конструктів, які можна використовувати для представлення відносин між численними змінними, що досліджуються. Основними завданнями факторного аналізу є скорочення розмірності та пошук об'єктивних закономірностей. У випадку даного дослідження, необхідність факторного аналізу полягала у виявленні основних об'єктивних закономірностей між такими змінними, як «інтернальний локус контроль», «екстернальний локус контроль», «конфронтація», «дистанціювання», «планування рішення», «втеча-уникнення», «позитивна переоцінка», «прийняття відповідальності», «пошук соціальної підтримки», «самоконтроль» та «тип психологічної прив'язаності».

В ході проведення факторного аналізу було обрано метод виділення факторів, а саме метод головних (основних) компонент. Для аналізу змінних,

які ми обираємо для факторів, необхідно представити таблицю спільностей для змінних.

Табл. 3.2.1

**Таблиця спільностей для психологічних показників
«Communalities»**

	Initial	Extraction
Інтернальний локус контроль	1,000	0,785
Екстернальний локус контроль	1,000	0,785
Конфронтація	1,000	0,231
Дистанціювання	1,000	0,586
Планування рішення	1,000	0,580
Втеча-уникнення	1,000	0,851
Позитивна переоцінка	1,000	0,850
Прийняття відповідальності	1,000	0,489
Пошук соціальної підтримки	1,000	0,851
Самоконтроль	1,000	0,756
Тип психологічної прив'язаності	1,000	0,629

Для виділення факторів необхідно, щоб показники змінних були наближеними до значення 1. У випадку нашого дослідження окремі психологічні показники змінних задовільняють дану умову. Це означає, що для виявлення основних об'єктивних закономірностей між змінними необхідно використовувати ті психологічні показники, які були виявлені в ході проведення дослідження: «інтернальний локус контроль» (0,785), «екстернальний локус контроль» (0,785), «дистанціювання» (0,586),

«планування рішення» (0,580), «втеча-уникнення» (0,851), «позитивна переоцінка» (0,850), «прийняття відповідальності» (0,489), «пошук соціальної підтримки» (0,851), «самоконтроль» (0,756) та «тип психологічної прив'язаності» (0,629).

Під час проведення факторного аналізу з усіма показниками було виявлено 2 фактори, які найкраще відображають факторну модель дослідження та відсоток якості даної моделі при використанні цих факторів з усіма змінними.

Табл. 3.2.2

Характеристика факторів моделі дослідження

Фактор	Якість факторної моделі/%
<p>Особистісно-орієнтовані показники (інтернальний локус-контроль, планування рішення, знижена позитивна переоцінка, прийняття відповідальності та низький самоконтроль)</p>	29,5
<p>Соціально-орієнтовані показники (дистанціювання, втеча-уникнення, пошук соціальної підтримки, прив'язаність, низький самоконтроль)</p>	47,1

Таким чином, виділення саме 2 факторів в побудові факторної моделі дослідження необхідне для того, аби на 47,1% відтворити якість моделі дослідження, враховуючи показники найбільш значимих змінних. Відповідно, при використанні тільки першого фактору – особистісно-

орієнтовані показники, до яких входять такі поведінкові стратегії як планування рішення, знижена позитивна переоцінка, прийняття відповідальності та низький самоконтроль якість дослідження відповідатиме 29,5%, при використанні фактору особистісно-орієнтованих стратегій та другого фактору – соціально-орієнтованих стратегій, до яких входять ще додатково дистанціювання, втеча-уникнення, пошук соціальної підтримки, прив’язаність якість дослідження збільшиться до 47,1%.

Таким чином, було виділено 2 основні фактори під час проведення факторного аналізу за методом Кайзера: фактор особистісно-орієнтованих показників та фактор соціально-орієнтованих показників.

При використанні факторної моделі необхідно також проаналізувати фактори, в залежності від того, які змінні увійшли до даного фактору. Оскільки було відібрано саме два фактори, то необхідно аналізувати кожен фактор та значущість змінних дослідження, які увійшли до нього. Кожна змінна має певне навантаження та значущість на кожен фактор, до якого вона входить.

Таблиця 3.2.3

Характеристика значущості змінних факторної моделі дослідження

	Component	
	1	2
Інтернальний локус-контроль	0,992	-
Екстернальний локус-контроль	-0,992	-
Дистанціювання	-	0,657
Планування рішення	0,641	-
Втеча-уникнення	-	0,353
Позитивна переоцінка	-0,397	-

Прийняття відповідальності	0,733	-
Пошук соціальної підтримки	-	0,395
Самоконтроль	-	-0,426
Тип психологічної прив'язаності	-	0,539

Проведений факторний аналіз дав змогу проаналізувати фактори, в залежності від того, які змінні психологічного дослідження увійшли до нього. Таким чином, було виділено фактор, до якого входять такі психологічні показники, як інтернальний локус-контроль, планування рішення, знижена позитивна переоцінка, прийняття відповідальності. Також було виділено фактор, до якого входять такі змінні, як екстернальний локус-контроль, дистанціювання, втеча-уникнення, пошук соціальної підтримки, прив'язаність, низький самоконтроль.

Для здійснення основних критеріїв факторного рішення важливим є відсутність інтеркореляцій між факторами моделі. В нашому дослідженні, фактори між собою не корелюють, тобто вони є незалежними одне від одного. Такий висновок можна зробити з огляду на те, що психологічні змінні, які входять до кожного фактору не повторюються між собою у різних факторах.

Отже, можна зробити такий висновок, що рівень суб'єктивного контролю, планування рішень, знижений рівень позитивної переоцінки, прийняття відповідальності мають сильний взаємозв'язок між собою та відсутність взаємозв'язку з дистанціюванням, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки, прив'язаністю особистості та низьким рівнем самоконтролю особистості. А також можна зробити висновок про те, що тип психологічної прив'язаності пов'язується з такими копінг-стратегіями, як

дистанціювання, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки. Оскільки в даному дослідженні вже було виявлено відмінності у переживання страху смерті у осіб з різним типом психологічної прив'язаності, можна зробити висновок про те, що переживання страху смерті також пов'язане із вибором копінг-стратегій особистістю.

3.3. Регресійна модель страху смерті як психологічного феномену.

Для визначення міри впливу типу прив'язаності та копінг-стратегій особистості на особливості переживання страху смерті було здійснено регресійний аналіз.

Для проведення регресійного аналізу у якості залежної змінної було обрано показник «страх смерті», середній розвиток якого у досліджуваній вибірці складав 43,5%, що свідчить про середні показники переживання страху смерті у досліджуваній вибірці, а в якості незалежних змінних використовувалися наступні фактори після проведення факторного аналізу: особистісно-орієнтовані стратегії та соціально-орієнтовані стратегії поведінки особистості.

Таблиця 3.3.1

Характеристика вибірки дослідження за критерієм страху смерті

Характеристика страху смерті	Показники страху смерті
Мінімальне значення	2,7
Максимальне значення	6,5
Середнє значення показника страху смерті у досліджуваній вибірці	4,35

За допомогою регресійного аналізу можна визначити вплив декількох незалежних змінних на залежну змінну – страх смерті як психологічний

феномен особистості. Проведення регресійного аналізу дозволило в процесі дослідження передбачити значення відповідної залежної змінної за допомогою аналізу незалежних змінних. Для проведення регресійного аналізу, необхідно, аби у незалежних змінних у досліджуванні не було сильного кореляційного зв'язку, необхідне виконання умови інтеркореляцій. Для того, аби робити висновок про інтеркореляції, перш за все, необхідно було проаналізувати, які незалежні змінні мають кореляційний зв'язок із залежною змінною даного дослідження - «страх смерті». Було виявлено, що найбільш значимий статистичний зв'язок зі змінною «страх смерті» було виявлено у соціально-орієнтованих стратегій поведінки особистості, до якого входять високі психологічні показники показники стратегії дистанціювання, втечі-уникнення, пошуку соціальної підтримки та низького рівня самоконтролю а також тип прив'язаності особистості. Проте, не було виявлено значимого зв'язку між психологічними показниками рівня суб'єктивного контролю (інтернальний локус-контроль особистості), стратегією планування рішення та прийняття відповідальності, низькими показниками позитивної переоцінки.

Таблиця 3.3.2

Взаємозв'язок факторів моделі дослідження та страху смерті

		Фактор 1	Фактор 2
Страх смерті	Pearson correlations	-0,141	0,812**
	Sig. (2-tailed)	0,243	0,001
	N	70	70

Примітка:* $p \leq 0,01$ $p \leq 0,05$ значимість кореляції – зв'язок між змінними.

Таким чином, проведений аналіз інтеркореляцій між факторами та змінною «страх смерті» дає змогу зробити наступні висновки. Найбільш значимий взаємозв'язок можна побачити у показника страху смерті як психологічного феномену та типом психологічної прив'язаності, вибором стратегій дистанціювання, втечі-уникнення, пошуку соціальної підтримки та низьким рівнем самоконтролю. Відсутність взаємозв'язку зі страхом смерті було виявлено між інтернальним локус-контролем особистості, високими показниками стратегії планування рішення та прийняття відповідальності та низькими показниками позитивної переоцінки.

Перевірка кореляційних зв'язків дала змогу обрати фактори, які використовувалися у побудові регресійної моделі дослідження впливу психологічних змінних, що увійшли до того чи іншого фактору на переживання страху смерті в досліджуваній вибірці. Саме фактор соціально-орієнтованих стратегій реагування, включаючи тип прив'язаності особистості були використані в подальшому дослідженні, адже виконали цю умову.

Було виконано регресійний аналіз за допомогою якого було отримано результати, отримання яких дозволило побудувати регресійну модель дослідження та рівняння регресії. У таблиці 3.3.3 представлено результати регресійного аналізу.

Таблиця 3.3.3

Регресійний аналіз страху смерті як психологічного феномену

Mod el	R	R Square	Adjusted R Square
1	0,816**	0,667	0,657
Рівн яння	$Y = 4,35 + 1,05x1$		

регресії	
----------	--

R – коефіцієнт кореляції між залежною «страх смерті» та незалежними змінними (0,816). У випадку даного дослідження, множинна кореляція складає 81,6%, тобто між залежною змінною та незалежними змінними зв'язок складає 81,6%.

$R Square$ – коефіцієнт детермінації (0,667), визначає варіацію однієї із змінної, яка пояснюється варіацією іншої змінної. У випадку даного дослідження, варіація складає 66,7%. Тобто 66,7% мінливості у переживанні страху смерті можуть бути пояснені відмінністю типу прив'язаності, вибору таких стратегій реагування, як дистанціювання, втечі-уникнення, пошуку соціальної підтримки та низьких показників рівня самоконтролю.

$Adjusted R Square$ – коефіцієнт скорегованого показника множинної детермінації, що забезпечує відсутність впливу регресорів на статистичні результати.

Y – регресійна модель

$X1$ – фактор, до якого входять рівень суб'єктивного контролю особистості, тип прив'язаності особистості, копінг-стратегії дистанціювання, втеча-уникнення, пошук соціальної підтримки, низькі показники рівня самоконтролю.

Таблиця 3.3.4

Вплив факторів моделі дослідження на страх смерті

Фактор моделі дослідження (незалежні змінні)	Змінні, що входять до фактору моделі дослідження	Сила впливу незалежних змінних на регресійну модель
Фактор 2	Дистанціювання	1,05
	Низький рівень	

	самоконтролю	
	Втеча-уникнення	
	Пошук соціальної підтримки	
	Тип прив'язаності	

В такому випадку, постало доречним порівняти статистично значущі відмінності в осіб з різним типом психологічної прив'язаності за критеріями вибору копінг-стратегій. Для цього було використано однофакторний дисперсійний аналіз. Результати, які були отримані після проведення діагностичних методик, дозволили проаналізувати статистично значущі відмінності в осіб з різним типом психологічної прив'язаності за критеріями «дистанціювання» та «втеча-уникнення». Щодо критеріїв «пошук соціальної підтримки», «самоконтроль» статистично значущих відмінностей у осіб з різним типом психологічної прив'язаності не виявлено.

Таблиця 3.3.5

Однофакторний дисперсійний аналіз психологічних проявів ставлення до смерті з різним стилем прив'язаності

Прояви ставлення до смерті	Коефіцієнт значущості відмінностей між досліджуваними з різним типом психологічної прив'язаності (p)
Дистанціювання	0,001*
Втеча-уникнення	0,001*
Самоконтроль	0,430
Пошук соціальної підтримки	0,006

Примітка: * $p \leq 0,05$ за однофакторним дисперсійним аналізом – статистично значуща відмінність між групами.

Спрямоване визначення того, особи з яким типом психологічної прив'язаності більшою мірою використовують стратегію дистанціювання показано у таблиці, яка зображує відмінність за проявом даної стратегії у осіб з різним типом психологічної прив'язаності.

Таблиця 3.3.6

Дослідження копінг-стратегій в осіб з різним типом психологічної прив'язаності

Дослідження копінг-стратегії	Відмінність між особами з різним типом психологічної прив'язаності	Показник значущості
Дистанціювання	Особа з надійною та амбівалентною прив'язаністю	0,003**
	Особа з унікаючою та амбівалентною прив'язаністю	0,328
	Особа з надійною та унікаючою прив'язаністю	0,014*

Було виявлено відмінності у використанні стратегії дистанціювання у осіб з унікаючим та амбівалентним типом прив'язаності на протипагу надійному типу прив'язаності особистості. Таким чином, особи з унікаючим

та амбівалентним типом прив'язаності більшою мірою обирають дистанціювання, як стратегію власної поведінки в критичних ситуаціях, а це, в свою чергу, підсилює їх страх смерті.

Спрямоване визначення того, особи з яким типом психологічної прив'язаності більшою мірою демонструють стратегію втечі-уникнення показано у таблиці , яка зображує відмінність за проявом даної стратегії у осіб з різним типом психологічної прив'язаності.

Таблиця 3.3.7

Дослідження копінг-стратегій в осіб з різним типом психологічної прив'язаності

Дослідження копінг-стратегії	Відмінність між особами з різним типом психологічної прив'язаності	Показник значущості
Втеча-уникнення	Особи з надійною та амбівалентною прив'язаністю	0,003**
	Особи з унікаючою та амбівалентною прив'язаністю	0,328
	Особи з надійною та унікаючою прив'язаністю	0,014*

Отримані результати дозволили виявити відмінності у використанні стратегії втечі-уникнення у осіб з унікаючим та амбівалентним типом

прив'язаності на протипагу надійному типу прив'язаності особистості. Таким чином, особи з унікаючим та амбівалентним типом прив'язаності більшою мірою обирають втечу-уникнення, як стратегію власної поведінки в критичних ситуаціях, а це, в свою чергу, підсилює їх страх смерті.

Отримані результати дають змогу проаналізувати те, що існує вплив типу психологічної прив'язаності особистості, окремих стратегій поведінки та низького рівня самоконтролю, які виступають незалежними змінними у дослідженні на залежну змінну, тобто переживання страху смерті. Коефіцієнт множинної кореляції складає 81,6%, що свідчить про наявність зв'язку страху смерті та типом прив'язаності, низьким рівнем самоконтролю та стратегіями пошуку соціальної підтримки, дистанціюванням та втечею-уникненням. Коефіцієнт множинної детермінації складає 66,7%, те, наскільки мінливість шкільної адаптації може бути пояснена відмінністю прояві показників типу прив'язаності, рівня самоконтролю та вибору окремих стратегій поведінки, про які вже було згадано. Варто зазначити і те, що вплив відмінності у типі прив'язаності (ненадійної прив'язаності), низького рівня самоконтролю, виборі стратегій пошуку соціальної підтримки, дистанціювання та втечі-уникнення складає 66,7% на переживання страху смерті особистістю.

Як висновок, страх смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та вибору тих стратегій поведінки, які менше підсилюють переживання страху смерті. Також було спростовано гіпотезу про те, що рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із переживанням страху смерті. Оскільки рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із вибором окремих копінг-стратегій, які не пов'язані із переживанням страху смерті в контексті вивчення ролі прив'язаності у вивченні даного конструкту, вивчення ролі та окремих факторів прояву суб'єктивного контролю може бути предметом подальших досліджень в

даній темі а також врахування побічних змінних, що могли впливати на результати даного дослідження.

3.4. Рекомендації подолання страху смерті на основі дослідження

Дослідження ролі прив'язаності дозволило проаналізувати чинники формування страху смерті та особливості стратегій поведінки, що спрямовані на подолання даного страху. Було досліджено особливості прояву страху смерті у жителів України та інших країн, прояв страху смерті та прийняття смерті у осіб з різним типом психологічної прив'язаності, виділено особистісно-орієнтовані та соціально-орієнтовані показники у поведієці особистості, що спрямована на подолання страху смерті та виявлено основні чинники, що беруть участь у формуванні страху смерті в особистості. Отож, на основі дослідження можна зробити висновок, що тип психологічної прив'язаності особистості пов'язується з такими копінг-стратегіями, як дистанціювання, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки при переживанні страху смерті. Формування страху смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та вибору зазначених стратегій поведінки.

Таким чином, для успішної роботи (психологічної та психотерапевтичної, зокрема) необхідним постає подальше дослідження ролі прив'язаності в сукупності із сформованістю різних стратегій поведінки особистості.

У процесі психологічної роботи зі страхом смерті варто приділити більше уваги компоненту психологічної прив'язаності з допомогою формування тривалих стосунків із клієнтом чи пацієнтом, який страждає від переживань, які пов'язані зі страхом смерті а також формуванню найбільш продуктивних та актуальних стратегій поведінки, які спрямовані на подолання даного страху. Саме тому необхідно розвивати можливості

особистості до зменшення таких стратегій, як дистанціювання, втеча-уникнення, пошук соціальної підтримки як єдиних способів та можливостей впоратися із різними життєвими труднощами. Відтак помічною буде робота над розумінням власним емоцій та переконань, дослідження якії допоможе розуміти, які ситуації та події спонукають особистість дистанціюватися від різноманітних страхів та переживань, оскільки, за результатами дослідження дана стратегія є непродуктивною у подолання страху смерті як психологічного феномену, що супроводжує й інші страхи, тривожність та деякі розлади особистості, зокрема.

Проведене дослідження допомогло дослідити особливості переживання страху смерті та може бути використане в різних дослідженнях, в психологічному інформуванні та консультуванні, психотерапії особистості. Дані дослідження показують важливу роль у розвитку розумінні страху смерті, розвитку адаптивних стратегій, які допомагають впоратися з цим страхом, а не уникати його, що буде призводити до підсилення страху смерті а також працювати над формуванням особистісних цінностей особистості та орієнтуванню на власні стратегії поведінки у стосунках з іншими.

Таким чином, саме успішність психологічної та психотерапевтичної роботи сприятиме розвитку тих навичок, які будуть впливати на формування адаптивних механізмів подолання страху смерті.

Висновки до розділу 3

1. В дослідженнях особливостей прояву страху смерті було зроблено порівняльний аналіз статистично значимих відмінностей отриманих даних. Було виявлено відмінності у переживаннях страху смерті як психологічного феномену у осіб з різним типом прив'язаності. Надійному типу психологічної прив'язаності досліджуваної вибірки меншою мірою

притаманне переживання страху смерті, а в осіб з уникаючим типом психологічної прив'язаності менше проявляється нейтральне прийняття смерті.

2. Визначено, що рівень суб'єктивного контролю особистості, планування рішень, знижений рівень позитивної переоцінки, прийняття відповідальності мають сильний взаємозв'язок між собою та відсутність взаємозв'язку з дистанціюванням, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки, прив'язаністю особистості та низьким рівнем самоконтролю особистості. А також можна зробити висновок про те, що тип психологічної прив'язаності пов'язується з такими копінг-стратегіями, як дистанціювання, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки. Оскільки було виявлено зв'язок переживання страху смерті в осіб з різним типом прив'язаності, можна зробити висновок, що переживання страху смерті також пов'язане із вибором копінг-стратегій особистістю.

3. Виявлено, що страх смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та вибору тих стратегій поведінки, які менше підсилюють переживання страху смерті. Також було спростовано гіпотезу про те, що рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із переживанням страху смерті. Оскільки рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із вибором окремих копінг-стратегій, які не пов'язані із переживанням страху смерті в контексті вивчення ролі прив'язаності у вивченні даного конструкту, вивчення ролі та окремих факторів прояву суб'єктивного контролю може бути предметом подальших досліджень в даній темі.

ВИСНОВКИ

1. Отже, на основі проведення аналізу зарубіжної та вітчизняної літератури з дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті розкрито сутність страху смерті як психологічного феномену, поняття «психологічної прив'язаності» та викоремлення типів психологічної прив'язаності особистості. Було концептуалізовано поняття «страху смерті як психологічного феномену».

Проаналізувавши теоретичні аспекти вивчення особливостей страху смерті як психологічного феномену та ролі психологічної прив'язаності особистості було отримано таке розуміння:

По-перше, страх власної смерті виступає результатом страху втрати об'єкту, що дозволяє особистості відчувати контроль над власною смертю та шукати способи його подолання, страх щодо смерті пов'язаний із цінностями та самовираженням особистості. Було розглянуто сучасну теорію управління страхом смерті та модель подвійного процесу (проксимальні та дистальні захисні механізми, які використовуються для запобігання перетворенню думок про смерть на страх перед нею).

По-друге, страх смерті як психологічний феномен лежить в основі різних страхів людини та більшість людської поведінки може бути пояснена як спроба досягти психологічної рівноваги перед усвідомленням власної смерті.

По-третє, страх смерті розглядається в якості фактору перебігу тривожно-депресивних розладів, obsесивно-компульсивних розладів. Також описано емоційний аспект даного феномену (системи мозку, що лежать в основі, поняття емоційної пам'яті, саморегуляція та самоконтроль, джерело мотивації особистості).

Проаналізувавши теоретичні аспекти вивчення ролі прив'язаності у формуванні страху смерті було отримано таке розуміння даного конструкту:

По-перше, психологічна прив'язаність особистості формується на основі ранньої прив'язаності особистості.

По-друге, сформована прив'язаність у дитинстві та робочі моделі прихильності впливають на стратегії, які люди використовують для вирішення проблем, пов'язаних з регулюванням афектів у будь-якій тривожній або складній ситуації.

Таким чином, було вивчено визначення страху смерті як психологічного феномену, визначено структурні компоненти страху смерті як психологічного феномену та особливості переживання страху смерті у зв'язку з типами психологічної прив'язаності особистості. Страх смерті, що виступає основою всіх інших страхів доцільно розглядати в контексті зв'язку із особливостями прив'язаності особистості, адже саме смерть спричиняє розлучення з близькими людьми, що може активувати схеми, пов'язані з прихильністю.

2. Таким чином, проблематика дослідження ролі психологічної прив'язаності у формуванні страху смерті передбачала використання теоретичних, емпіричних та кількісних методів при організації та проведенні емпіричного дослідження. Аналіз теоретичних методів із проблематики дослідження ролі прив'язаності у формуванні страху смерті дозволив побудувати концептуальну модель дослідження. На основі побудованої моделі, було побудовано операціональну модель дослідження, яка обґрунтовує доцільність використання таких методик для дослідження страху смерті та ролі прив'язаності на основі моделі дослідження, як методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П. Вонга, Г. Т. Рікера та Дж. Гесера / *Death Attitude Profile-Revised*, методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / *Adult attachment scale* Nancy L. Collins and Stephen J. Read, методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / *Rotters Locus control scale*, методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкман, Р. Лазарус / *Ways of coping scale* Folkman, S., Lazarus, R. S.

Використання таких кількісних методів у дослідження, як обґрунтовується необхідністю математично-статистичної обробки емпіричних даних для отримання результатів особливостей ролі прив'язаності у формуванні страху смерті.

3. Проведення емпіричного дослідження дало змогу визначити особливості переживання страху смерті у зв'язку з типами психологічної прив'язаності особистості та проаналізувати роль психологічної прив'язаності та особливості копінг-стратегій у осіб, що мають високу схильність до переживання страху смерті.

По-перше, було виявлено відмінності у переживаннях страху смерті як психологічного феномену у осіб з різним типом прив'язаності. Надійному типу психологічної прив'язаності досліджуваної вибірки меншою мірою притаманне переживання страху смерті, а в осіб з уникаючим типом психологічної прив'язаності менше проявляється нейтральне прийняття смерті.

По-друге, тип психологічної прив'язаності пов'язується з такими копінг-стратегіями, як дистанціювання, втечею-уникненням, пошуком соціальної підтримки. Оскільки було виявлено зв'язок переживання страху смерті в осіб з різним типом прив'язаності, можна зробити висновок, що переживання страху смерті також пов'язане із вибором даних копінг-стратегій особистістю.

Як результат, страх смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та вибору тих стратегій поведінки, які менше підсилюють переживання страху смерті. Також було спростовано гіпотезу про те, що рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із переживанням страху смерті. Оскільки рівень суб'єктивного контролю пов'язаний із вибором окремих копінг-стратегій, які не пов'язані із переживанням страху смерті в контексті вивчення ролі прив'язаності у вивченні даного конструкту, то вивчення ролі та окремих факторів прояву суб'єктивного контролю може бути предметом подальших досліджень в даній темі.

4. Проведення факторного та регресійного аналізу для виявлення характеру впливу та аналізу ролі психологічної прив'язаності та особливостей копінг-стратегій у осіб, що мають високу схильність до переживання страху смерті дало змогу отримати результати, що свідчать про те, що страх смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та вибору тих стратегій поведінки, які менше підсилюють переживання страху смерті. Вплив відмінності у типі прив'язаності (ненадійної прив'язаності), низького рівня самоконтролю, виборі стратегій пошуку соціальної підтримки, дистанціювання та втечі-уникнення складає 66,7% на переживання страху смерті особистістю. Як висновок, страх смерті особистості залежить від типу прив'язаності особистості, рівня самоконтролю особистості та тих стратегій поведінки, які підсилюють переживання страху смерті.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. М. : Мысль, 1991. 301 с.
2. Арьес Ф. Человек перед лицом смерти / Ф. Арьес. – М.: Издательская группа «Прогресс» – «Прогресс-Академия», 1992. –528 с.

3. Баканова А.А. Системное описание страха смерти / А. А. Баканова // Культурноисторическая психология. 2015. Т. 11. № 1. С. 13 – 23.
4. Бердяев Н.А. Смысл истории / Н.А. Бердяев. – М.: Мысль, 1990. – 112 с.
5. Бодров В.А. Когнитивные процессы и психологический стресс / В.А. Бодров // Психологический журнал. – 1996. – Т. 2, № 4. – С. 64-74.
6. Дучимінська Т. Теоретичний аналіз психологічного феномена завченої безпорадності / Т. Дучимінська // Педагогіка і психологія професійної освіти // Науково-методичний журнал. – 2011. – 5. – С. 151-158.
7. Єлісеєв О. Локус контролю / О. Єлісеєв // Практикум з психології особистості – СПб., 2003. – С. 413-417.
8. Кириленко Т. С., Мирончак, К. В. Особливості переживання страху смерті в різних життєвих ситуаціях: когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти / Т. С. Кириленко, К. В. Мирончак // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. – 2012. (14), 135-145.
9. Климчук В. О. Ставлення до смерті та проблема розвитку его-ідентичності в юнацькому віці / В. О. Климчук, В. В. Горбунова, Я. В. Мойсієнко // Практична психологія та соціальна робота: Науково-практичний освітньо-методичний журнал. – 2011. – №5. – С.13-17.
10. Кокун, О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія / О. М. Кокун. — К. : Міленіум, 2004. — 265 с.
11. Крижановська З. Надійний тип прив'язаності як основа розвитку психічного здоров'я дитини / З. Крижановська // Сучасні психологічні тенденції підтримки та відновлення психічного здоров'я особистості: теорія та практика, тези доповідей II міжнарод. міждисциплінар. Конференції. Харків, 2021. С. 52 – 54.

12. Кушерець Т. В. Людська присутність як первинний суб'єкт історії у філософії М. Хайдеггер / Т. В. Кушерець // Actual Problems of Mind. Philosophy Journal. – 2008, с. 134-142.
13. Кюблер-Росс Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс. – К.: «София», 2001. – 320с.
14. Лебедев Д. В. Відношення до життя та смерті в умовах надзвичайної ситуації: ціннісно-смісловий аспект: монографія / Д. В. Лебедев, С. Ю. Лебедева, О. О. Назаров, Н. В. Оніщенко, В. П. Садковий, О. В. Садковий, О. В. Тімченко. – Х.: УЦЗУ, 2009. – 128 с.
15. Лэнгле А. Жизнь, наполненная смыслом / А. Лэнгле // Прикладная логотерапия – 3-е изд. – М.:Генезис, 2008. – 128 с.
16. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу // Санкт-Петербург: Питер, 2003. 351 с.
17. Мирончак К. В. Дослідження страху смерті: труднощі та перспективи / К. В. Мирончак // Психологічні науки: проблеми і здобутки. - 2015. - Вип. 7. - С. 161-175.
18. Мойсієнко Я. І. Ставлення до смерті як предмет психологічного дослідження / Я. І. Мойсієнко // Психологічний журнал: «Наука і освіта». – 2014. – № 5. – С. 57-63.
19. Мэй Р. Смысл тревоги / Р. Мэй; пер. с англ. М.: Независимая фирма «Класс», 2001. – 384 с.
20. Прохоров А.О. Неравновесные психологические состояния / А.О. Прохоров // Психол. журн. – 1999. – № 2. – С. 115–124.
21. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. – М.: Прогресс, 1979. – 451 с.
22. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Группа «Прогресс», «Универ-сум», 1994. – 480 с.

23. Розенберг Л. Жизнь в свете смерти: Об искусстве быть живым / Л. Розенберг, Д. Гай. – М.: ООО «Издательский дом «София», 2005. – 160 с.
24. Розов В.І. Методи оцінки та самооцінки стресових станів / В.І. Розов // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 5. – С. 41-52.
25. Роттер Дж. Теория социального научения / Дж. Роттер. – М.: Прогресс, Универс, 1994. – 480 с.
26. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: У межах та за межами буденності. / Т. М. Титаренко. – К., 2003.
27. Туренко О.С. Страх як соціально-філософський феномен (генеза та функції): дис... канд. філос. наук: 09.00.03 / О.С.Туренко. – Донецьк, 2004. – 19 с.
28. Фейфел Г. Смерть – релевантная переменная в психологии. / Г. Фейфел // Экзистенциальная психология. Экзистенция. – М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 624 с.
29. Франкл В. Человек в поисках смысла / В.Франкл В. – М. :Смысл, 1990. 368 с.
30. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы / А. Фрейд. – М.: Педагогика, 1993. – 144 с.
31. Фрейд З. Мы и смерть. По ту сторону принципа наслаждения / Фрейд З. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 1994. – 619 с.
32. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. – М.: АСТ, Мн.: Харвест, 2005. – 384 с.
33. Хайдеггер М. Бытие и время, М., Изд-во: Ad Marginem, 1997. – 452с.
34. Хайдеггер М. Что такое метафизика? / М. Хайдеггер // Время и бы- тие: статьи и выступления. – М. : Республика, 1993. – С. 16–27.

35. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом. – М.: ЭКСМО, 2008. – 352 с.
36. Ainsworth, M. D. S., & Bell, S. M. Attachment, exploration, and separation: illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation / M. D. S. Ainsworth, S. M. Bell // *Child Development*. – 1970, p. 49–67.
37. Allen J.P., Porter M., McFarland C., McElhaney K.B., Marsh P. The relation of attachment security to adolescents' paternal and peer relationships, depression, and externalizing behavior. *Child Development*. 2007. № 78 (4). P. 1222–1239.
38. Allen, J. P., Hauser, S. T., Borman-Spurrell, E. Attachment theory as a framework for understanding sequelae of severe adolescent psychopathology / J. P. Allen, S. T. Hauser, E. Borman-Spurrell // *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. – 1996, 64: p. 254–263.
39. Arndt, J., & Vess, M. Tales from existential oceans: Terror Management Theory and how the awareness of our mortality affects us all / J. Arndt, M. Vess // *Social and Personality Psychology Compass*. – 2008, 2, p. 909–928.
40. Bea, J., & Sicart, J. Separation anxieties and death anxieties / J. Bea, J. Sicart // *Revista Catalana de Psicoanalisi*. – 1989, 6, p. 11–28.
41. Becker, E. The denial of death / E. Becker // New York: Free Press. – 1973, p. 73-110.
42. Bell, B.D. The experimental manipulation of death attitudes: A preliminary investigation / B. D. Bell // *Omega: Journal of Death and Dying*. – 1975, 6, p. 199–205.
43. Blizard, R. A. Prevention of intergenerational transmission of child abuse: a national priority / R. A. Blizard // *Journal of Trauma & Dissociation*. – 2006, 7(3), p. 1–6.

44. Bowlby, J. Attachment and Loss / J. Bowlby // Vol. 3, Loss. New York: Basic Books. – 1980, p. 100-110.
45. Carlson, E. A. A prospective longitudinal study of attachment disorganization/disorientation / Carlson E. A. // Child Development, 69 (4). – 1998, p. 1107–1128.
46. Collins, N. L., & Read, S. J. Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. couples / N. L. Collins, S. J. Read // Journal of Personality and Social Psychology. – 1990, 58, p. 644-663.
47. Collins, N. L., Read, S. J. Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples / N. L. Collins, S. J. Read // Journal of personality and social psychology. – 1990, 58(4), 644 p.
48. Florian, V, & Kravetz, S. Fear of personal death: Attribution,structure, and relation to religious belief / V. Florian, S. Kravetz // Journal of Personality andSocial Psychology, 44. – 1983, p. 600-607.
49. Gesser, G., Wong, PT.P., & Reker, G.T. Death attitudes across the life span: The development and validation of the Death Attitude Profile (DAP) / G. Gesser, P. P. Wong, & G. T. Reker // Omega, 18, p. 113-128.
50. Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., & Breus, M. Role of consciousness and accessibility of death-related thoughts in mortality salience effects / J. Greenberg, T. Pyszczynski, S Solomon, L. Simon, M. Breus // Journal of Personality and Social Psychology. – 1994, 67, p. 627–637.
51. Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., & Breus, M. Role of consciousnessand accessibility of death-related thoughts in mortality salience effects / Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., Simon, L., M. Breus // Journal of Personalityand Social Psychology. – 1994, 67(4), p. 627–637.
52. Harmon-Jones, E., Simon, L., Greenberg, J., Pyszczynski, T., Solomon, S., & McGregor, H. (1997). Terror management theory and self-esteem:

Evidence that increased self-esteem reduced mortality salience effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 24–36.

53. Hart, J., Shaver, P. R., & Goldenberg, J. L. (2005). Attachment, self-esteem, worldviews, and terrormanagement: Evidence for a tripartite security system. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(6), 999–1013.

54. Kastenbaum R., Aisenberg R. *The psychology of death*. N.Y.: Springer. 1977. 328 p.

55. Landua, M.J., Solomon, S., Greenberg, J., Cohen, F., Pyszczynski, T., Arndt, J., Miller, C.H., Ogilvie, D.M., & Cook, A. (2004). Deliver us from evil: The effects of mortality salience and reminders of 9/11 on support for president George W. Bush. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1136–1150.

56. Prior V., Glaser D. *Understanding attachment and attachment disorders: Theory, evidence and practice*. London ; Philadelphia : Jessica Kingsley Publishers, 2006. 287 p.

57. Pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (1999). A dual-process model of defense against conscious and unconscious death-related thoughts: An extension of terror management theory. *Psychological Review*, 106, 835–845.

58. Pyszczynski, T., Greenberg, J., Solomon, S., & Maxfield, M. (2006). On the unique psychological import of the human awareness of mortality: Theme and variations. *Psychological Inquiry*, 17, 328–356.

59. Pyszczynski, T., Greenberg, J., Solomon, S., Arndt, J., & Schimel, J. (2004). Why do people need self-esteem? A theoretical and empirical review. *Psychological Bulletin*, 130, 435–468.

60. Schore, A. N. *Affect regulation and the repair of the self* / A. N. Schore // New York: Norton. – 2003, p. 90-100.

61. Shaw S.K., Dallos R. Attachment and adolescent depression: The impact of early attachment experiences. *Attachment and Human Development*. 2005. № 7 (4). P. 409–424.

62. Simpson J.A., Collins W.A., Tran S., Haydon K. Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2007. № 92 (2). P. 355–367.

63. Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1991). A terror management theory of social behavior: The psychological functions of self-esteem and cultural worldviews // S. Solomon, J. Greenberg, T. Pyszczynski // In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. New York, NY: Academic Press. – 1991, p. 93-159.

64. Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. (1995). The effects of mortality salience on personally-relevant persuasive appeals // S. Solomon, J. Greenberg, T. Pyszczynski // *Social behavior and Personality*. – 1995, 23, p. 177–190.

65. Solomon, S., Greenberg, J., & Pyszczynski, T. Pride and prejudice: Fear of death and social behavior / S. Solomon, J. Greenberg, T. Pyszczynski // *Current Directions*. – 2000, 9, p. 200–204.

66. Templer D. I., Ruff C. F., Franks C. M. Death anxiety: Age, sex, and parental resemblance in diverse populations / D. I. Templer, C. F. Ruff, C. M. Franks // *Developmental Psychology*. – 1971, 4, p. 108.

67. Thauberger P. The avoidance of ontological confrontation: An empirical exploration of the avoidance/confrontation of non-being / P. Thauberger // Unpublished doctoral dissertation, Univer. of Regina. – 1974.

68. Vernon, Glenn M. *The Sociology of Death: An Analysis of Death-Related Behavior* / M. Glenn, Vernon // New York. – 1970.

69. Wong P. T. Death attitude profile-revised: A multidimensional measure of attitudes toward death / T. P. Wong, G. T. Reker, G. Gesser // In R. A. Neimeyer (Ed.) Death anxiety handbook. – 1994. – P. 121-148.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Копінг-Стратегії» С. Фолкман, Р. Лазарус / Ways of coping scale Folkman, S., Lazarus, R. S.

Please read each item below and indicate, by using the following rating scale, to what extent you used it in the situation you have just described.

Not Used – 0

Used Somewhat – 1

Used Quite A Bit – 2

Used A great deal – 3

_____ 1. Just concentrated on what I had to do next – the next step.
_____ 2. I tried to analyze the problem in order to understand it better.
_____ 3. Turned to work or substitute activity to take my mind off things.
_____ 4. I felt that time would make a difference – the only thing to do was to wait.
_____ 5. Bargained or compromised to get something positive from the situation. _____ 6. I did something which I didn't think would work, but at least I was doing something.
_____ 7. Tried to get the person responsible to change his or her mind.
_____ 8. Talked to someone to find out more about the situation.
_____ 9. Criticized or lectured myself.
_____ 10. Tried not to burn my bridges, but leave things open somewhat.
_____ 11. Hoped a miracle would happen.
_____ 12. Went along with fate; sometimes I just have bad luck.
_____ 13. Went on as if nothing had happened.
_____ 14. I tried to keep my feelings to myself.
_____ 15. Looked for the silver lining, so to speak; tried to look on the bright side of things.
_____ 16. Slept more than usual.
_____ 17. I expressed anger to the person(s) who caused the problem.

_____ 18. Accepted sympathy and understanding from someone.
_____ 19. I told myself things that helped me to feel better.
_____ 20. I was inspired to do something creative.
_____ 21. Tried to forget the whole thing.
_____ 22. I got professional help.
_____ 23. Changed or grew as a person in a good way.
_____ 24. I waited to see what would happen before doing anything.
_____ 25. I apologized or did something to make up.
_____ 26. I made a plan of action and followed it.
_____ 27. I accepted the next best thing to what I wanted.
_____ 28. I let my feelings out somehow.
_____ 29. Realized I brought the problem on myself.
_____ 30. I came out of the experience better than when I went in.
_____ 31. Talked to someone who could do something concrete about the problem. _____ 32. Got away from it for a while; tried to rest or take a vacation.
_____ 33. Tried to make myself feel better by eating, drinking, smoking, using drugs or medication, etc.
_____ 34. Took a big chance or did something very risky.
_____ 35. I tried not to act too hastily or follow my first hunch.
_____ 36. Found new faith.
_____ 37. Maintained my pride and kept a stiff upper lip.
_____ 38. Rediscovered what is important in life.
_____ 39. Changed something so things would turn out all right.
_____ 40. Avoided being with people in general.
_____ 41. Didn't let it get to me; refused to think too much about it.
_____ 42. I asked a relative or friend I respected for advice.

_____ 43. Kept others from knowing how bad things were.
_____ 44. Made light of the situation; refused to get too serious about it.
_____ 45. Talked to someone about how I was feeling.
_____ 46. Stood my ground and fought for what I wanted.
_____ 47. Took it out on other people.
_____ 48. Drew on my past experiences; I was in a similar situation before.
_____ 49. I knew what had to be done, so I doubled my efforts to make things work.
_____ 50. Refused to believe that it had happened.
_____ 51. I made a promise to myself that things would be different next time.
_____ 52. Came up with a couple of different solutions to the problem.
_____ 53. Accepted it, since nothing could be done.
_____ 54. I tried to keep my feelings from interfering with other things too much. _____ 55. Wished that I could change what had happened or how I felt.
_____ 56. I changed something about myself.
_____ 57. I daydreamed or imagined a better time or place than the one I was in. _____ 58. Wished that the situation would go away or somehow be over with.
_____ 59. Had fantasies or wishes about how things might turn out.
_____ 60. I prayed.
_____ 61. I prepared myself for the worst.
_____ 62. I went over in my mind what I would say or do.
_____ 63. I thought about how a person I admire would handle this situation and used that as a model.

_____ 64. I tried to see things from the other person's point of view.
_____ 65. I reminded myself how much worse things could be.
_____ 66. I jogged or exercised.

Додаток Б

Методика «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера / Rotters Locus
control scale

For each question select the statement that you agree with the most:

1.

- a. Children get into trouble because their parents punish them too much.
- b. The trouble with most children nowadays is that their parents are too easy with them.

2.

- a. Many of the unhappy things in people's lives are partly due to bad luck.
- b. People's misfortunes result from the mistakes they make.

3.

- a. One of the major reasons why we have wars is because people don't take enough interest in politics.
- b. There will always be wars, no matter how hard people try to prevent them.

4.

- a. In the long run people get the respect they deserve in this world
- b. Unfortunately, an individual's worth often passes unrecognized no matter how hard he tries

5.

- a. The idea that teachers are unfair to students is nonsense.
- b. Most students don't realize the extent to which their grades are influenced by accidental happenings.

6.

- a. Without the right breaks one cannot be an effective leader.
- b. Capable people who fail to become leaders have not taken advantage of their opportunities.

<p>7.</p> <p>a. No matter how hard you try some people just don't like you.</p> <p>b. People who can't get others to like them don't understand how to get along with others.</p>
<p>8.</p> <p>a. Heredity plays the major role in determining one's personality</p> <p>b. It is one's experiences in life which determine what they're like.</p>
<p>9.</p> <p>a. I have often found that what is going to happen will happen.</p> <p>b. Trusting to fate has never turned out as well for me as making a decision to take a definite course of action.</p>
<p>10.</p> <p>a. In the case of the well prepared student there is rarely if ever such a thing as an unfair test.</p> <p>b. Many times exam questions tend to be so unrelated to course work that studying is really useless.</p>
<p>11.</p> <p>a. Becoming a success is a matter of hard work, luck has little or nothing to do with it.</p> <p>b. Getting a good job depends mainly on being in the right place at the right time.</p>
<p>12.</p> <p>a. The average citizen can have an influence in government decisions.</p> <p>b. This world is run by the few people in power, and there is not much the little guy can do about it.</p>

13.

- a. When I make plans, I am almost certain that I can make them work.
- b. It is not always wise to plan too far ahead because many things turn out to- be a matter of good or bad fortune anyhow.

14.

- a. There are certain people who are just no good.
- b. There is some good in everybody.

15.

- a. In my case getting what I want has little or nothing to do with luck.
- b. Many times we might just as well decide what to do by flipping a coin.

16.

- a. Who gets to be the boss often depends on who was lucky enough to be in the right place first.
- b. Getting people to do the right thing depends upon ability. Luck has little or nothing to do with it.

17.

- a. As far as world affairs are concerned, most of us are the victims of forces we can neither understand, nor control.
- b. By taking an active part in political and social affairs the people can control world events.

18.

- a. Most people don't realize the extent to which their lives are controlled by accidental happenings.
- b. There really is no such thing as "luck."

19.

- a. One should always be willing to admit mistakes.

<p>b. It is usually best to cover up one's mistakes.</p>
<p>20.</p> <p>a. It is hard to know whether or not a person really likes you.</p> <p>b. How many friends you have depends upon how nice a person you are.</p>
<p>21.</p> <p>a. In the long run the bad things that happen to us are balanced by the good ones.</p> <p>b. Most misfortunes are the result of lack of ability, ignorance, laziness, or all three.</p>
<p>22.</p> <p>a. With enough effort we can wipe out political corruption.</p> <p>b. It is difficult for people to have much control over the things politicians do in office.</p>
<p>23.</p> <p>a. Sometimes I can't understand how teachers arrive at the grades they give.</p> <p>b. There is a direct connection between how hard I study and the grades I get.</p>
<p>24.</p> <p>a. A good leader expects people to decide for themselves what they should do.</p> <p>b. A good leader makes it clear to everybody what their jobs are.</p>

25.

a. Many times I feel that I have little influence over the things that happen to me.

b. It is impossible for me to believe that chance or luck plays an important role in my life.

26.

a. People are lonely because they don't try to be friendly.

b. There's not much use in trying too hard to please people, if they like you, they like you.

27.

a. There is too much emphasis on athletics in high school.

b. Team sports are an excellent way to build character.

28.

a. What happens to me is my own doing.

b. Sometimes I feel that I don't have enough control over the direction my life is taking.

29.

a. Most of the time I can't understand why politicians behave the way they do.

b. In the long run the people are responsible for bad government on a national as well as on a local level.

Методика «Шкала прив'язаності» Н. Л. Колінс, С. Дж. Рід / Adult attachment scale Nancy L. Collins and Stephen J. Read

For each question select (agree – V, not agree – X):

<input type="checkbox"/> I find it difficult to allow myself to depend on others
<input type="checkbox"/> People are never there when you need them
<input type="checkbox"/> I am comfortable depending on others
<input type="checkbox"/> I know that others will be there when I need them
<input type="checkbox"/> I find it difficult to trust other completely
<input type="checkbox"/> I am not sure that I can always depend on others to be there when I need them
<input type="checkbox"/> I do not often worry about being abandoned
<input type="checkbox"/> I often worry that my partner does not really love me
<input type="checkbox"/> I find others are reluctant to get as close as I would like
<input type="checkbox"/> I often worry my partner will not want to stay with me
<input type="checkbox"/> I want to merge completely with another person
<input type="checkbox"/> My desire to merge sometimes scares people away
<input type="checkbox"/> I find it relatively easy to get close to others
<input type="checkbox"/> I do not often worry about someone getting close to me
<input type="checkbox"/> I am somewhat uncomfortable being close to others
<input type="checkbox"/> I am nervous when anyone gets too close
<input type="checkbox"/> I am comfortable having other depend on me
<input type="checkbox"/> Often, love partners want me to be more intimate than I feel comfortable being

Додаток Г

Методика «Профіль ставлення до смерті – перероблений» П. Т. П.
Вонга, Г. Т. Пікера та Дж. Гесера / Death Attitude Profile-Revised

This questionnaire contains a number of statements related to different attitudes toward death. Read each statement carefully, and then decide the extent to which you agree or disagree.

For example, an item might read: “Death is a friend.” Indicate how well you agree or disagree by circling one of the following: SA = strongly agree; A= agree; MA= moderately agree; U= undecided; MD= moderately disagree; D=disagree; SD= strongly disagree. Note that the scales run both from strongly agree to strongly disagree and from strongly disagree to strongly agree.

If you strongly agreed with the statement, you would circle SA. If you strongly disagreed you would circle SD. If you are undecided, circle U. However, try to use the undecided category sparingly.

It is important that you work through the statements and answer each one. Many of the statements will seem alike, but all are necessary to show slight differences in attitudes.

	A	A	U	M	D	S
1. Death is no doubt a grim experience.						
2. The prospects of my own death arouses anxiety in me.						
3. I avoid death thoughts at all costs.						

4. I believe that I will be in heaven after I die.							
5. Death will bring an end to all my troubles.							
6. Death should be viewed as a natural, undeniable, and unavoidable event.							
7. I am disturbed by the finality of death.							
8. Death is an entrance to a place of ultimate satisfaction.							
9. Death provides an escape from this terrible world.							
10. Whenever the thought of death enters my mind, I try to push it away.							
11. Death is deliverance from pain and suffering.							

12. I always try not to think about death.							
13. I believe that heaven will be a much better place than this world.							
14. Death is a natural aspect of life.							
15. Death is a union with God and eternal bliss.							
16. Death brings a promise of a new and glorious life.							
17. I would neither fear death nor welcome it.							
18. I have an intense fear of death.							
19. I avoid thinking about death altogether.							
20. The subject of life after death troubles me greatly.							

21. The fact that death will mean the end of everything as I know it frightens me.							
22. I look forward to a reunion with my loved ones after I die.							
23. I view death as a relief from earthly suffering.							
24. Death is simply a part of the process of life.							
25. I see death as a passage to an eternal and blessed place.							
26. I try to have nothing to do with the subject of death.							
27. Death offers a wonderful release of the soul.							
28. One thing that gives me comfort in facing death is my							

belief in the afterlife.							
29. I see death as a relief from the burden of this life.							
30. Death is neither good nor bad.							
31. I look forward to life after death.							
32. The uncertainty of not knowing what happens after death worries me.							

Додаток Г

Опитувальник «Розуміння тексту опитувальника» / Questionnaire
«Understanding of the questionnaire text»

Was the text of the questionnaire clear to you? Choose one of the following options:

- a) Understood completely.
- b) It was clear, but I had some questions or uncertainties.
- c) No, I found it difficult to understand the text of the methodology.

Додаток Д

