

УДК 159.9  
DOI 10.25205/2658-4506-2020-13-2-93-104

## **Феномен суицида: изучение экзистенциальной мотивации и отношения к страху смерти**

**П. Ю. Горяева**

*Санкт-Петербургский государственный университет  
Санкт-Петербург, Россия*

### *Аннотация*

В связи с тем, что у человека есть возможность совершать выбор по отношению к собственной жизни, острой является проблема суицида. Совершая такой выбор, человек предпринимает сознательную и намеренную попытку лишить себя жизни. В таком случае для человека жизнь является бессмысленной, бесценной и ненужной. В настоящее время рост числа самоубийств только повышается, а проблема суицида является одной из основных в экзистенциальной психологии. Кроме этого, любой человек способен осознавать конечность своего существования, ощущать присутствие смутного, потаённого страха перед чем-то неизведанным, перед самой смертью, что делает тему смерти одной из важнейших данностей человеческого бытия. В данной статье изучаются экзистенциальная мотивация и страх смерти в связи с суицидальными попытками и суицидальными мыслями.

### *Ключевые слова*

суицид, суицидальные мысли, экзистенциальная мотивация, отношение к смерти, страх смерти, экзистенциальная психология

### *Для цитирования*

Горяева П. Ю. Феномен суицида: изучение экзистенциальной мотивации и отношения к страху смерти // Reflexio. 2020. Т. 13, № 2. С. 93–104. DOI 10.25205/2658-4506-2020-13-2-93-104

## **The Phenomenon of Suicide: The Study of Existential Motivation and Attitudes towards Fear of Death**

**P. Yu. Goryaeva**

*St. Petersburg State University  
St. Petersburg, Russian Federation*

### *Abstract*

Due to the fact that a person has the opportunity to make a decision in relation to his own life, the problem of suicide is the most relevant. Making such a decision, a person makes a conscious and deliberate attempt to take his own life. In this case, for a person, life is meaningless, priceless and needless. Currently, the growth in the number of suicides is only increasing, and the problem of suicide is one of the main ones in existential psychology. In addition, any person is able to realize the finiteness of his existence, to feel the presence of a vague, hidden fear of something unknown, before death itself, which

© П. Ю. Горяева, 2020

makes the topic of death one of the most important, that given of human existence. This article investigates existential motivation and fear of death in relation to suicidal attempts and suicidal thoughts.

*Keywords*

suicide, suicide thought, existential motivation, attitude to death, fear of death, existential psychology

*For citation*

Goryaeva, P. Yu. (2020). The Phenomenon of Suicide: The Study of Existential Motivation and Attitudes towards Fear of Death. *Reflexio*, 13 (2), 93–104. (in Russ.) DOI 10.25205/2658-4506-2020-13-2-93-104

## Введение

Проблема экзистенциального выбора стала предметом пристального внимания философов и психологов начиная с XX в. Экзистенциальная философия и психология фокусируются на уникальности существования человека, который воспринимается как субъект собственной жизни, как обладатель свободной воли [Баева, 2005; Мэй, 2004]. Свобода человека заключается в возможности совершать выбор и нести ответственность за него перед собой и миром.

## Феномен суицида

Понятие суицида различаются у разных авторов и в различных концепциях, однако можно описать наиболее часто встречающиеся характеристики самоубийства, которое определяется как осознанное, намеренное действие, которое приводит к лишению себя жизни. М. Фрабер добавляет такую характеристику, как быстрота совершения, чтобы отделить понятие суицида от суицидального поведения. В основном авторы указывают на сознательность, преднамеренность, независимость и добровольность суицидального действия [Журавлева и др., 2016]. Необходимо отличать жертвенное, ритуальное самоубийство многих первобытных народов от суицида, потому что в данном случае речь идет об обязательстве умереть по разным причинам: морали, религии, закона и т. д. На более высокой ступени культурного развития людей уже можно рассматривать самоубийство как сознательный выбор смерти перед жизнью. Видимо, в этом случае для человека жизнь бессмысленна и не имеет ценности.

По данным Всемирной организации здравоохранения, количество самоубийств в настоящее время только увеличивается, ежегодно в результате самоубийств погибает около 800 000 человек. Это показывает, что самоубийства – глобальное явление и вторая по значимости причина смерти в мире в возрасте от 15 до 29 лет [Любов, Зотов, 2018]. Большинство самоубийств происходит в странах с низким и средним уровнем доходов [Bertolote, Fleischmann, 2002]. Во всем мире на самоубийства приходится 1,4 % всех смертей, что делает их значимой причиной (18-е место) за последние годы [Klonsky et al., 2016]. Однако оценить истинное количество самоубийств сложно. Люди часто не достигают цели. Попытки самоубийства, не приведшие к смерти, называют парасуицидом. Можно выделить несколько типов суицида: демонстративное, истинное и аффективное. Большинство реальных самоубийств совершается людьми, которые психически и физически здоровы, в то время как демонстративные самоубийства вызваны желанием привлечь внимание людей, связанных с определенными лич-

ными проблемами [Cere] et al., 2018]. Попытки истинного суицида как наиболее осознанный и осмысленный выбор между смертью и жизнью вызывают наиболее пристальное внимание.

### **Страх смерти в экзистенциальной психологии**

С точки зрения экзистенциальной психологии жизнь и смерть взаимосвязаны; они существуют одновременно, а не последовательно; смерть, непрерывно проникая в пределы жизни, оказывает огромное воздействие на человеческий опыт и поведение [Ялом, 2012]. Смерть – первичный источник тревоги и тем самым имеет фундаментальное значение как причина психопатологии. Ужас смерти является настолько сильным и всеобъемлющим, что на отрицание смерти расходуется значительная доля нашей жизненной энергии. Преодоление смерти – фундаментальный мотив человеческих переживаний, глубоко личностных внутренних событий, защит, мотиваций, снов. Понимание наличия границы существования неизбежно влияет на выбор жизни и способы ее удовлетворения [Кулагина, Сенкевич, 2013]. Хотя осознание идеи смерти являются уникальным событием для развития личности, далеко не всегда отношение к смерти включено в динамическую структуру личности, часто оно является компонентом бессознательной структуры личности [Леонтьев, 2004; 2008].

Многие психологи считают, что страх смерти является нормальным и более-менее универсальным ответом, поскольку никто не может полностью устранить неизбежность смерти. Чаще всего изучают именно осознанный страх [Осницкий, Власова, 2003]. В онтологическом смысле страх смерти имеет большое значение для духовного становления и развития человека. Вне зависимости от его происхождения, источников и способов совладания страх смерти играет важную роль в жизни человека, он помогает через осознание жизни обрести смысл, дает возможность трансценденции, а может ослаблять человека, делая его жизнь беспроглядной и бессмысленной [Баканова, 2015; Блюм, 2013]. Согласно экзистенциальным психологам, страх смерти связан со смыслом жизни человека, его экзистенциальной исполненности и уровнем удовлетворения собственной жизнью. «Страх смерти рассматривается как непринятие своей смертности, поэтому данный феномен связан с экзистенциальной мотивацией. Страх, являющийся одним из способов столкновения человека с данностью смерти, способной разрушить базовые жизненные ценности, одновременно содержит в себе возможность более глубокого проникновения в собственную жизнь и открывает ценности иного рода – ценности, создаваемые идеей смерти, что позволяет человеку принять целостность своего бытия» [Баканова, 2015. С. 14]. Целостности человек может достигнуть через осознание, понимание и переживание страха смерти и его проявлений [Чистопольская и др., 2017]. В целом выбор между жизнью и смертью неразрывно связан со страхом смерти, чему и посвящено данное исследование.

### **Выборка. Методы**

Мы исследовали уровень экзистенциальных мотиваций и отношение к страху смерти у лиц, имеющих опыт суицидальных попыток и суицидальных мыслей.

В исследовании приняли участие 86 человек, которые с помощью анкеты были разделены на три группы: испытуемые, имеющие опыт суицидальной попытки (гр. 1 – 29), испытуемые, имеющие опыт суицидальных мыслей (гр. 2 – 33) и контрольная группа (гр. 3 – 24). Средний возраст выборки – 25 лет (в диапазоне от 18 до 45). Количество испытуемых мужского пола – 36, женского – 50.

Из общей выборки с помощью анкеты были отобраны 17 человек для проведения полуструктурированного интервью, из них 6 мужчин и 11 женщин, средний возраст 24 (в диапазоне от 18 до 40).

*Гипотезы:*

1) люди с опытом суицидальных попыток и суицидальных мыслей имеют пониженные показатели по экзистенциальным мотивациям по сравнению с людьми из контрольной группы;

2) люди с опытом суицидальных попыток и суицидальных мыслей имеют пониженные показатели по страху смерти и страху личной смерти по сравнению с людьми из контрольной группы.

В исследовании изучались экзистенциальная мотивация и отношение к страху смерти с помощью ряда методик.

- «Тест экзистенциальных мотиваций» (ТЭМ) Лэнгле в переработке В. Б. Шумского, Е. М. Уколовой, Е. Н. Осинной, Я. Д. Лупандиной. Теоретическая структура ТЭМ соответствует четырем фундаментальным экзистенциальным мотивациям, соответственно опросник имеет четыре шкалы: фундаментальное доверие, фундаментальная ценность, самооценность, смысл жизни.

- «Отношение к страху смерти» – опросник адаптирован К. А. Чистопольской, С. Н. Ениколоповым, Е. Л. Николаевым. Опросник исследует то, какое значение человек приписывает смерти, его взгляды на это явление: принимает он ее, избегает или боится. Шкалы: «принятие-приближение смерти» рассматривается человеком позитивно, даже приветствуется, он верит в жизнь после смерти, полагает, что загробная жизнь лучше земной. «Избегание темы смерти», «Страх смерти», «Принятие смерти как бегства», «Нейтральное принятие».

- «Страх личной смерти». Методика исследует страхи последствий смерти, что именно вызывает у человека наибольшее отторжение. Имеет пять шкал: последствия для личности, последствия для тела, трансцендентные последствия, последствия для семьи и друзей, страх забвения.

- Авторская анкета для определения опыта суицидальных попыток и мыслей.

Также было проведено полуструктурированное интервью по теме суицидального опыта и отношению к страху смерти.

Результаты исследования обработаны при помощи статистического пакета IBM SPSS Statistics с использованием описательных статистик, однофакторного дисперсионного анализа и сравнительного анализа. Для качественного анализа применялся метод контент-анализа, где каждый ответ был закодирован в смысловые единицы, после чего подсчитывалась их частота встречаемости и эмоциональная нагрузка.

### Результаты и обсуждение

Результаты опросника ТЭМ («Тест экзистенциальной мотивации») представлены в табл. 1.

По общему показателю экзистенциальной исполненности (ЭИ) были найдены статистически значимые различия между группами 2 и 3, где показатели в группе с опытом суицидальных мыслей ниже, чем в контрольной ( $p < 0,01$ ), а также между группами 1 и 3, где показатели контрольной группы значительно выше, чем в группе испытуемых с опытом суицидальной попытки ( $p < 0,01$ ).

Это говорит о том, что люди, имеющие опыт суицидальных попыток и мыслей, более склонны оценивать свою жизнь как не имеющую смысла, не наполненную внутренним согласием в соответствии с его сущностью.

По шкале «Доверие к миру» различия обнаружены между всеми тремя группами: в группах 1 и 2, с большими показателями в группе с опытом суицидальных мыслей ( $p < 0,05$ ), в группах 2 и 3, где показатели у контрольной группы выше ( $p < 0,05$ ), а также в группах 1 и 3, с большими показателями в контрольной группе ( $p < 0,01$ ).

Таблица 1

Результаты однофакторного дисперсионного анализа показателей ТЭМ

Table 1

The results of one-way variance analysis of indicators for TEM

Шкала	Группа		Средняя разность (I – J)	Знач.	F
	I	J			
Общая шкала	1	2	-7,13898	,186	11,01210
		3	-19,1048	,000	
	2	3	-11,9659	,010	
Доверие к миру	1	2	-3,47962	,014	14,54429
		3	-6,95690	,000	
	2	3	-3,47727	,021	
Ценность жизни	1	2	-,51411	1,00	4,68380
		3	-3,53305	,016	
	2	3	-3,01894	,042	
Самоценность	1	2	-1,21421	,663	3,67721
		3	-2,89224	,025	
	2	3	-1,67803	,329	
Смысл жизни	1	2	-1,93103	,379	9,09963
		3	-5,72270	,000	
	2	3	-3,79167	,015	

Люди, имеющие опыт суицидальных попыток и мыслей в меньшей степени считают, что у них есть свобода выбора, физическое и психологическое пространство для жизни, свобода по отношению к своим чувствам, желаниям, мыслям. Они не чувствуют защищенность, безопасность в мире, не имеют опоры в жизни и чувствуют себя непринятыми в обществе. Такие выводы можно сделать и из результатов контент-анализа, которые выражены в следующих фразах: «Мне просто очень сильно хотелось, чтобы в этой непроглядной темноте, в которой я жила, я была не одна», «Я получал поддержку, но недостаточную в тот момент», «Хотелось в тот момент, чтобы за меня всё решили, помогли», «Хотелось, чтобы меня кто-то поддержал».

По шкале «Ценность жизни» на уровне значимости 0,05 найдены различия между группами 2, 3 и 1, 3, в обоих случаях показатели выше в контрольной группе.

Люди с опытом суицидальных попыток и мыслей в меньшей степени радуются жизни, они не чувствуют гармонию с другими людьми и с ценностями в мире, что не позволяет ощущать большую ценность жизни и быть удовлетворенным качеством своей жизни. Из ответов интервью можно сделать вывод, что такие люди не только не видели ценность собственной жизни, но и не имели позитивного отношения к жизни в будущем. Это подтверждают такие фразы, как «Будущее для меня тогда не сулило ничего хорошего», «Это была безысходность, было чувство, что от этого никогда не уйдешь», «Я не видел в будущем ничего хорошего, только продолжение череды неудач».

По шкале «Самоценность» обнаружены различия между 1 и 3 группой, где выше показатели имеет контрольная группа ( $p < 0,05$ ).

Человек, имеющий опыт суицидальных попыток и мыслей, не всегда в своей жизни стремится чувствовать самоценность и принимать аутентичные решения, часто не может обходиться с собой справедливо, так как для этого необходимо заинтересованное внимание – обнаружение собственного «Я» через заботу о собственной индивидуальности, которое укоренено в самоуважении и признании ценности бытия самим собой. Из результатов интервью можно сделать вывод, что люди, имеющие опыт суицидальных попыток, негативно относятся к себе, не видят ценности в самом себе. Яркими примерами являются следующие высказывания: «Я чувствовал себя ничтожеством, ошибкой, порождающей другие ошибки», «Я лишняя, бесполезная, ненужная, и только трачу чужие ресурсы», «Чувствовала себя ошибкой природы, считала себя плохой, позором для родителей».

По четвертой шкале «Смысл жизни» были обнаружены статистически значимые различия между группами 2, 3 ( $p < 0,05$ ) и 1, 3 ( $p < 0,01$ ). Как и в других шкалах, показатели оценки смысла жизни выше в контрольной группе. В таком случае люди с суицидальным опытом меньше стремятся понимать свое бытие в более широких контекстах и видеть в нем смысл, жизнь для них не имеет смысла, значимости, ценности и ясного порядка. Это закрывает поле для деятельности, не позволяя непрерывно раскрываться, устремляясь к будущему и к ценностям, которые предстоит в нем воплотить. Данные результаты подтверждает контент-анализ интервью. Испытуемые часто отмечали в период пе-

ред совершением суицидальной попытки отсутствие в их жизни смысла. В качестве примеров можно привести такие ответы, как «я хотела совершить это из-за отсутствия смысла в моей и человеческой жизни», «я для себя стал всего лишь телом, куском плоти. И я не видел смысла в подобном существовании», «...не видел смысл ни в чем, мне незачем было жить».

По опроснику «Отношение к страху смерти» результаты сравнительного анализа с использованием критерия Краскела – Уоллиса представлены в табл. 2.

Таблица 2

Результаты сравнительного анализа  
по опроснику «Отношение к страху смерти»  
(критерий Краскела – Уоллиса)

Table 2

The results of a comparative analysis  
the questionnaire “Death attitude”  
(Kruskal – Wallis test)

	Принятие-приближение смерти	Избегание темы смерти	Страх смерти	Принятие смерти как бегства	Нейтральное принятие
Хи-квадрат	2,316	18,611	5,074	10,871	10,144
Асимптотическая значимость	,314	,000	,079	,004	,006

Статистически значимые различия были обнаружены только по шкалам «Избегание темы смерти», «Принятие смерти как бегства», «Нейтральное принятие».

По показателям избегания темы смерти показатели оказались выше у контрольной группы ( $U = 285$ ,  $p < 0,01$ ). Люди, которые имели опыт суицидальной попытки и мыслей, в меньшей степени склонны избегать разговоров и размышлений о смерти, чаще задумываются о значении смерти и её влиянии на их жизнь.

Значения по шкале «Принятие смерти как бегства» более выражены у 1 и 2 групп ( $U = 232$ ,  $p < 0,01$ , и  $U = 182$ ,  $p < 0,01$ ). Это показывает, что люди, имеющие опыт суицидальных попыток и мыслей, воспринимают смерть скорее позитивно, как освобождение от затруднений, возможный выход из неприятных ситуаций. Это также подтверждалось следующими фразами из интервью: «Я понимал, что у меня не должно быть желаний умереть, но делал так, чтобы не верить в то, что всё в жизни поправимо», «Я не могла найти в себе силы, чтобы решить всё это самой», «Проще всего в тот момент было просто сбежать от всего, что происходило, и от моих чувств, и верным казался путь самоубийства».

Часто суицидальные попытки совершались из-за тяжелого эмоционального состояния, в такой момент человек видит единственный выход из данной ситуации – суицид. Были зафиксированы фразы, подтверждающие тяжелое эмоциональное и физическое состояние: «У меня было длительное депрессивное состояние, апатия, страх закончить отношения, страх за будущее, одиночество и отчаяние», «Чувство полной изоляции, вины, одиночества, я была непонятой и отвергнутой, мне было невыносимо больно», «Я была разрушена, опустошена, разочарованна, мне было больно, плохо, очень грустно и одиноко», «Мне было физически больно просыпаться каждое утро, почти не ела целыми неделями», «Я прекратил почти что есть, мне было плохо в физическом плане». Желание избавиться от негативного эмоционального состояния: «Я не мог справиться с этим состоянием внутри себя», «Мне было очень больно, просто невыносимо, я хотела, чтобы это прекратилось, чтобы не было так тяжело и плохо», «...хотел, чтобы все это прекратилось, чтобы эта боль перестала меня донимать», «Мне хотелось освободиться от этого состояния». А также то, что суицид в тот момент для таких людей был единственной возможностью избежать сложившейся ситуации: «В тот момент, я думал, что это лучший и единственный выход из всей ситуации», «Самоубийство выглядело как идеальный выход на тот момент», «Я чувствовала в тот момент, что только это мне поможет».

По шкале «Нейтральное принятие» различия есть только в 1 и 2 группе ( $U = 275, p < 0,01$ ), где показатели 1 группы больше. Люди с опытом суицидальной попытки в большей степени воспринимают смерть не как негативное явление, а просто как неизбежность.

По шкале «Страх смерти» различий не обнаружено, можно предположить, что данный страх одинаково выражен у всех групп, что показывают и результаты контент-анализа, где высказывания о страхе смерти встречались чаще среднего. Были высказаны такие фразы, подтверждающие это: «Я очень боялся смерти», «Я боюсь смерти, это мой самый большой страх», «В тот момент я очень сильно боялся смерти, особенно то, что я больше не смогу жить в этом удивительном мире».

Опросник «Страх личной смерти» выявил различия по отношению к смерти только по шкалам «Трансцендентные последствия» и «Последствия для близких» (табл. 3).

Бóльшие показатели по данным шкалам были в контрольной группе ( $U = 210, p < 0,05$ , и  $U = 205, p < 0,01$  соответственно). Данные результаты показывают, что люди, имеющие опыт суицидальной попытки и мыслей, в меньшей мере боятся неизвестности, которая ждет после смерти, а также того, что личная смерть будет болезненно воспринята близкими людьми, а семья всё ещё будет нуждаться в них. Однако люди с опытом суицидальной попытки также отмечали и вину перед близкими людьми за своё планирование суицида, они боялись поступить так со своими родными и не хотели причинить им боль потери. Это выражалось в таких фразах, как: «Это казалось мне эгоистичным – позволить родным чувствовать боль за меня, они не заслуживали», «У меня было очень сильное чувство вины перед мамой, что если бы я убила себя, то именно она бы меня нашла, и ей было бы очень плохо», «Я не хотела, чтобы мама нашла меня такой, я и так себя

за многое перед ней себя винила, не хотела, чтобы и тут она огорчалась, но все же это очень эгоистичный поступок». Было выявлено, что люди, находящиеся в предсуицидальном состоянии, могут отдаляться от близких людей по этой причине, сохраняя вынужденную изоляцию: «Я отрезился от всего мира, чтобы больше им не было плохо, и, если я умру, они бы не так сильно переживали», «Я специально отдалялась от родных, не звонила им, не появлялась дома, чтобы им потом не было больно за меня», «Я ссорилась с ними и ругалась, чтобы отдалить их от себя, потому что мысль, что они будут страдать из-за меня, была невыносимой».

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа  
по опроснику «Страх личной смерти»  
(критерий Краскела – Уоллиса)

Table 3

The results of a comparative analysis  
the questionnaire “Fear of personal death”  
(Kruskal – Wallis test)

	Последствия для личности	Последствия для тела	Трансцен- дентные последствия	Последствия для близких	Страх забвения
Хи-квадрат	4,164	4,541	6,639	12,423	2,333
Асимптотическая значимость	,125	,103	,036	,002	,312

Статистически значимых различий по шкале «Последствия для тела» не обнаружено, но испытуемые отмечали, что боятся и не хотят испытывать боль в момент смерти, а также выражали опасения по поводу возможной инвалидизации в случае парасуицида: «...не хотел, как некоторые люди, остаться в живых, но в ещё более жалком состоянии», «Я не хотела, боялась боли, также мне не хотелось остаться после попытки в плохом состоянии, остаться инвалидом. Этот страх был причиной, почему я ранее не совершала попытки», «Мне нужно было придумать все так, чтобы я не остался потом в живых, но с сильными повреждениями, хотел быстро, безболезненно и наверняка».

В целом самые распространенные и эмоционально нагруженные высказывания были о негативном самовосприятии, тяжелом эмоциональном и физическом состоянии, постоянном или продолжительном стрессе, негативной оценке будущего, желании прекратить эмоциональную боль и страхе смерти. Однако люди, пережившие данный опыт и не совершившие повторной попытки, отмечают, что оценивают данный «тяжелый» период жизни, как позитивно повлиявший на их

жизнь. Об этом говорят фразы: «После этого я стал более целостным», «Не жалею, у меня поднялась самооценка, стала более избирательной, так что все к лучшему», «Мне стало легче после неудачной попытки, стал больше себя любить».

Подводя итог, можно сказать, что люди с опытом суицидальных попыток и мыслей имеют сниженную экзистенциальную мотивацию, что выражается на отношении к жизни, как не имеющей смысл и значимость, низкой самооценностью, отсутствием опоры и защиты в жизни, а также неудовлетворенностью жизнью. Отмечается отношение к смерти как к бегству и положительному выходу из сложившейся ситуации, они в меньшей степени избегают темы смерти, а также меньше боятся неизвестности, связанной со смертью. Часто они не желают чужого вмешательства в процесс совершения данного выбора, а также испытывают негативное эмоциональное и физическое состояние, они прибегают к самоизоляции из-за беспокойства о близких и родных. Однако такое поведение часто может служить призывом о помощи, так как наряду с вышеописанным проявляется желание избавиться от гнетущего состояния, найти выход, получить поддержку и помощь, они испытывают страх смерти. В целом хотят лишь избавиться от тяжелых жизненных обстоятельств, от негативного эмоционального и физического состояния, но не находят конструктивных решений, выбирая при этом вместо жизни – смерть.

### Выводы

- В данной статье предпринята попытка качественного изучения процесса экзистенциального выбора на примере суицидальной попытки.
- Гипотеза о пониженных показателях по экзистенциальным мотивациям у людей с опытом суицидальной попытки и суицидальных мыслей по сравнению с людьми, не имеющими данного опыта, не опровергнута.
- Гипотеза о пониженных показателях по страху смерти и страху личной смерти у людей с опытом суицидальной попытки и суицидальных мыслей частично опровергнута.

### Список литературы

- Баева Л. В.* Ценности как экзистенциальный выбор // Гуманитарные исследования. Астрахань: Астраханский государственный университет, 2005. № 4.
- Баканова А. А.* Системное описание страха смерти // Культурно-историческая психология. 2015. Т. 11, № 1. С. 13–23.
- Блюм А. И.* Духовно-нравственные аспекты экзистенциального выбора // Науч. мнение. 2013. № 1. С. 146–150.
- Журавлева М. С., Никитина Л. М., Лифанов А. А.* Вся правда о суицидах // Вестник научных конференций. 2016. № 11. С. 224–226.
- Кулагина И. Ю., Сенкевич Л. В.* Отношение к смерти: возрастные, региональные и гендерные различия // Культурно-историческая психология. 2013. Т. 4, № 1. С. 58–64.
- Леонтьев Д. А.* Смысл смерти: на стороне жизни // Экзистенциальная традиция. 2004. № 2 (5). С. 40–50.

Леонтьев Д. А. Экзистенциальный смысл суицида: жизнь как выбор // Московский психотерапевтический журнал. 2008. № 4. С. 58–82.

Любов Е. Б., Зотов П. Б. Диагностика суицидального поведения и оценка степени суицидального риска. Сообщение I // Суицидология. 2018. Т. 9 (1). С. 23–35.

Мэй Р. Открытие бытия. М., 2004. 224 с.

Осницкий А. В., Власова Н. В. Страх смерти и ценностные ориентации человека // Психология и психотерапия: Материалы V Всерос. науч.-практ. конф. М., 2003. С. 99–102.

Чистопольская К. А., Митина О. В., Ениколопов С. Н. Создание кратких русскоязычных версий опросников «Отношение к смерти» и «Страх личной смерти» // Суицидология. 2017. Т. 8, № 4. С. 43–55.

Ялом И. Вглядываясь в солнце: жизнь без страха смерти. М.: Эксмо, 2012. 352 с.

Bertolote J. M., Fleischmann A. Suicide and psychiatric diagnosis: a worldwide perspective // World Psychiatry. 2002 Oct. Vol. 1 (3). P. 181–185.

Cerel J., Brown M. M., Maple M., Singleton M., Venne J. van de, Moore M., Flaherty C. How Many People Are Exposed to Suicide? Not Six. Suicide and Life-Threatening Behavior. 2018.

Klonsky E., May M., Saffer. Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation // Annual Review of Clinical Psychology. March 2016. P. 307–330.

## References

Baeva, L. V. Values as an existential choice // Humanitarian research. Astrakhan, Astrakhan State University, 2005, no. 4. (in Russ.)

Bakanova, A. A. Systemic Description of the Fear of Death. *Cultural-Historical Psychology*, 2015, vol. 11, no. 1, p. 13–23. (in Russ.)

Bertolote, J. M., Fleischmann, A. Suicide and psychiatric diagnosis: a worldwide perspective. *World Psychiatry*, 2002 Oct., no. 1 (3), p. 181–185.

Blum, A. I. Spiritual and moral aspects of existential choice. *Scientific. opinion*, 2013, no. 1, p. 146–150. (in Russ.)

Cerel, J., Brown, M. M., Maple, M., Singleton, M., Venne, J. van de, Moore, M., Flaherty, C. (2018). How Many People Are Exposed to Suicide? Not Six. *Suicide and Life-Threatening Behavior*.

Chistopolskaya, K. A., Mitina, O. V., Enikolopov, S. N. Creation of short Russian-language versions of the questionnaires “Attitude towards death” and “Fear of personal death”. *Suicidology*, 2017, vol. 8, no. 4, p. 43–55. (in Russ.)

Klonsky E., May M., Saffer. Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation. *Annual Review of Clinical Psychology*, March 2016, p. 307–330.

Kulagina, I. Yu., Senkevich, L. V. Attitude towards death: age, regional and gender differences. *Cultural-historical psychology*, 2013, vol. 4, no. 1, p. 58–64. (in Russ.)

Leontiev, D. A. The existential meaning of suicide: life as a choice. *Moscow psychotherapeutic journal*, 2008, no. 4, p. 58–82. (in Russ.)

Leontiev, D. A. The meaning of death: on the side of life. *Existential tradition*, 2004, no. 2 (5), p. 40–50. (in Russ.)

Lyubov, E. B., Zotov, P. B. Diagnostics of suicidal behavior and assessment of the degree of suicidal risk. Report I. *Suicidology*, 2018, no. 9 (1), p. 23–35. (in Russ.)

May, R. *The Discovery of Being*. Moscow, Institute of General Humanitarian Research, 2004, 224 p. (in Russ.)

Osnitskiy, A. V., Vlasova, N. V. Fear of death and human value orientations. Materials of the V All-Russian scientific-practical conference “Psychology and psychotherapy”. Moscow, 2003, p. 99–102. (in Russ.)

Yalom, I. *Peering into the sun: life without fear of death*. Moscow, Eksmo, 2012, 352 p. (in Russ.)

Zhuravleva, M. S., Nikitina, L. M., Lifanov, A. A. The whole truth about suicides. *Bulletin of scientific conferences*, 2016, no. 11, p. 24–26. (in Russ.)

*Материал поступил в редакцию  
The article was submitted  
14.09.2020*

### Сведения об авторе

**Горяева Полина Юрьевна**, магистрант психологии Санкт-Петербургского государственного университета (Санкт-Петербург, Россия)  
polichka1205@mail.ru

### Information about the Author

**Polina Yu. Goryaeva**, graduate student in psychology at St. Petersburg State University (St. Petersburg, Russian Federation)  
polichka1205@mail.ru