

# Józef Makselon

---

## Specyfika postaw wobec śmierci

---

Studia Philosophiae Christianae 17/2, 113-134

---

1981

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

JÓZEF MAKSELON

## SPECYFIKA POSTAW WOBEC ŚMIERCI

Wstęp. 1. Myślenie o śmierci. 1.1. Koncepcja śmierci. 1.2. Intensywność myślenia o śmierci. 2. Lęk wobec śmierci 3. Mechanizmy obronne w postawie wobec śmierci. 3.1. Wypieranie tematyki śmierci. 3.2. Negacja śmierci. 3.3. Racjonalizacja stosunku do śmierci. Zakończenie.

### WSTĘP

W psychologii społecznej przyjmuje się, że postawa jest charakteryzowana głównie przez przedmiot, którego dotyczy<sup>1</sup>. Przedmiotem postawy mogą być osoby, instytucje, czynności, procesy, fakty, teorie itp. Również śmierć, jako zjawisko złożone, jest przedmiotem ustosunkowania się człowieka.

W wielu psychologicznych pracach n.t. śmierci i umierania używa się pojęcia „postawa” dla opisanego różnorodnych form reakcji na fenomen ludzkiego przemijania. Szereg autorów pod tym pojęciem rozumie lęk wobec śmierci, intensywność myślowego zajmowania się umieraniem i śmiercią oraz działanie mechanizmów obronnych w postawie tanatologicznej<sup>2</sup>.

By możliwe integralnie omówić specyfikę postawy wobec śmierci, uwzględnione zostaną następujące jej komponenty: poznawcza (myślenie o śmierci), emocjonalna (lęk wobec śmierci), behavioralna (mechanizmy obronne). Jest to tym bardziej konieczne, że psychologiczne badanie postaw wobec śmierci prawie zawsze ogranicza się do wyizolowanego zajmowania się myśleniem o przemijaniu człowieka przy niezbyt dokładnym

<sup>1</sup> W. Preżyna, *Intensywność postawy religijnej a osobowość*, Lublin 1973, 24; R. Holly, *Psychologiczna koncepcja postawy w teorii i w badaniach eksperymentalnych*, „Przegląd Psychologiczny” 19(1976), 66; M. Marody, *Sens teoretyczny a sens empiryczny pojęcia postawy*, Warszawa 1976, 16; T. Mądrzycki, *Psychologiczne prawidłowości kształtowania się postaw*, Warszawa 1977, 22–26; K. Obuchowski, *Autonomia jednostki a osobowość*, w: J. Reykowski, O. W. Owczynnikowa, K. Obuchowski (Red.), *Studia z psychologii emocji, motywacji i osobowości*, Warszawa 1977, 88.

<sup>2</sup> Pojęcie „postawa wobec śmierci” używa się zamiennie z określeniem „postawa tanatologiczna”.

odróżnieniu go od lęku<sup>3</sup>. Prowadzi to w wielu wypadkach do nieuprawnionego utożsamiania intensywnego zajmowania się śmiercią z lękiem wobec niej. Myślenie o śmierci i lęk wobec niej to różne, chociaż bez wątplenia wzajemnie na siebie oddziałujące, specyficzne aspekty postawy tanatologicznej. W prezentowanym artykule omówione zostaną jednak oddzielnie.

## 1. MYŚLENIE O ŚMIERCI

Myślenie o śmierci jest częścią poznawczej aktywności człowieka. Dzięki niej człowiek może być świadomy samego siebie oraz otoczenia i tym samym właściwie spotykać się z rzeczywistością. Nie podlega dyskusji, że funkcje poznawcze człowieka są tylko częścią postawy wobec śmierci. Bez zamiaru sprowadzenia stosunku człowieka względem śmierci li tylko do poziomu działań intelektualnych, te ostatnie w niniejszym przedstawieniu wyodrębnia się celowo pisząc najpierw o tym, jakie są charakterystyczne cechy myślenia człowieka dorosłego na temat śmierci, oraz dlaczego i jak często ludzie myślą o przemijaniu.

### 1.1. Koncepcja śmierci

Człowiek ma pokusę przyjąć założenie, że pojęcie „śmierć” ma ustalone znaczenie i odnosi się do czegoś poza empiryczną rzeczywistością. Zaś z psychologicznego punktu widzenia pojęcie śmierci charakteryzuje się następującymi cechami:

a) relatywnością — co oznacza, że jest ono zawsze odniesione do szerszej struktury sieci poznawczej typowej dla danej jednostki. Owo zrelatywizowanie dokonuje się w kierunku horyzontalnym (względem innych koncepcji obecnych w psychice człowieka) i wertykalnym (ontogenetyczny rozwój koncepcji śmierci). Względność pojęcia śmierci przejawia się w tym także, że podlega ono niekiedy nieoczekiwanym zmianom i trudno jest orzec kiedy osiągnęło sobie właściwą formę. Kastenbaum i Aisenberg<sup>4</sup> słusznie wyrażają obawę i zarazem pytanie „w jaki sposób można się upewnić, że jednostka nie osiąga swojej dojrzałej koncepcji śmierci w stosunkowo wczesnym okresie życia, żeby potem wycofać się na społecznie usankcjonowane pozycje, które z rozwojowego punktu widzenia są mniej adekwatne”.

<sup>3</sup> R. Kastenbaum, R. Aisenberg, *The Psychology of Death*, N. York 1972, 76.

<sup>4</sup> Tamże, 5.

Proces konceptualizacji śmierci ma swe odniesienie do warunków otoczenia. Określona sytuacja życiowa bowiem niejednokrotnie w selektywny sposób uruchamia jeden typ pojmowania śmierci spośród innych, które de facto są obecne w psychice człowieka, albo też tworzy nowe bądź modyfikuje stare pojęcia śmierci.

b) złożonością — pojęcie śmierci jest u większości dorosłych osób zazwyczaj na tyle skomplikowane, iż niepodobna je określić jednym słowem. Występuje ono jako różnorodna, a niekiedy niejednolita, struktura psychologiczna. W związku z tym należy być ostrożnym w orzekaniu o typie pojęcia śmierci, jaki dana jednostka posiada. Powyższe stwierdzenie zawiera ważną implikację dla badań eksperymentalnych w tym znaczeniu, że każdorazowa eksploracja zjawiska przemijania — nawet przy pomocy tych samych metod — może dawać inne wyniki z tego prostego powodu, iż koncepcje śmierci nie mają „stałej konsystencji”.

c) ambiwalentnością — oznacza ona w tym miejscu zróżnicowany wpływ posiadanej koncepcji śmierci na zachowanie człowieka. Okazuje się, że podobne percepcje śmierci mogą prowadzić do odmiennych zachowań tak samo, jak odmienne zachowania mogą być poprzedzane różnymi sekwencjami (stanami lub procesami) psychologicznymi<sup>5</sup>. Koncepcja śmierci w różny sposób wpływa na zachowanie człowieka działając pobudzająco, motywując np. do zmiany swego życia i wartościowania, lub też hamująco<sup>6</sup>. W tym ostatnim przypadku działają przede wszystkim mechanizmy obronne, o których będzie mowa w dalszej części artykułu.

Globalny stosunek człowieka do jakiegokolwiek przedmiotu zawiera w sobie zarówno składniki pojęciowe jak i uczuciowe, ale jednak już samo poznanie wstępnie, choć niekiedy zasadniczo, określa stosunek psychologiczny. Dzięki konceptualizacji jakiegoś przedmiotu dokonuje się jego klasyfikacja jako czegoś, co należy pożądać lub unikać.

d) pośredniością — u człowieka dorosłego poznanie śmierci, które jest podstawą tworzenia się jej koncepcji, wiąże się ze samoświadomością („ja umrę”), zdolnością do operacji logicznych, myślenia w kategoriach: abstrakcji, prawdopodobieństwa i przyczynowości, przyjęcia linearnego wymiaru czasu

<sup>5</sup> H. Feifel, *The Taboo on Death*, „American Behavioral Scientist” 6(1963), 66—67.

<sup>6</sup> K. Dąbrowski, *Osobowość i jej kształtowanie przez dezintegrację pozytywną*. Warszawa 1975, 30.

jako komplementarnego względem cyklicznego rozumienia biegu zdarzeń. W tworzeniu się koncepcji śmierci należy jakby przerzucić most między tym, co żywe i tym, co martwe. Martwe jest spostrzegane tylko z zewnątrz, wówczas gdy obserwator rejestruje umieranie ludzi, zwierząt i roślin, a w szerszym znaczeniu także idei, kultur, obyczajów, itp. Dochodząc więc do pojęcia śmierci należy pokonać ogromną przepaść między tym, co jednostka doświadcza jako życie lub zjawiska jemu podobne i tym, co kojarzy ona z pojęciem „nieżycia”. Jest to typowy przykład tworzenia pojęć przez negację dokonujący się wtedy, gdy przedmiot poznania jest niedostępny w jednostkowym doświadczeniu, m. in. dlatego, że przekracza przez swój transcendentny charakter możliwości poznawcze człowieka. Sposób tworzenia pojęcia własnej śmierci przedstawia się następująco: człowiek — uświadamiając sobie, że jest jednostkowym i osobowym bytem, którego jednym z atrybutów jest śmiertelność — dochodzi do wniosku, iż jego osobista śmierć jest pewna. Może się ona dokonać na skutek działania wielorakich przyczyn pozostających ze sobą w wielu kombinacjach. Niekoniecznie muszą działać wszystkie przyczyny śmiertelności, ale przynajmniej jedna z nich — rozumie człowiek — będzie powodem śmierci w przyszłości. Termin zadziałania tej przyczyny nie jest określony; nie podlega natomiast dyskusji jej bezwarunkowość, a więc kiedyś nastąpi nieodwołalne przerwanie działania, przeżywania i myślenia, bowiem śmierć jest całkowitą separacją od tego świata, w którym człowiekowi dano aktywność intelektualną i emocjonalną.

W tym miejscu należy dodać, że w nieco mniej złożony sposób kształtuje się pojęcie śmierci innego człowieka. Powstaje ono również w sposób pośredni i jest przeżywane jako utrata kogoś, kto był przedmiotem odniesienia. Z tego powodu dominującym określeniem śmierci innego człowieka są słowa: utrata, brak, szkoda, niepowetowana strata, itp. Pojęcie śmierci innego człowieka kształtuje się stosunkowo wcześniej, a napewno wcześniej przed pojęciem śmierci własnej, gdyż „śmierć przedmiotu jest jedną z najwcześniejszych i najbardziej fundamentalnych protokoncepcji w długim marszu dziecka ku dojrzałemu funkcjonowaniu poznawczemu”<sup>7</sup>.

<sup>7</sup> R. Kastenbaum, R. Aisenberg, dz. c., 29.

## 1.2. Intensywność myślenia o śmierci.

Po omówieniu niektórych jakościowych aspektów myślenia o śmierci, poniżej przedstawione będą ilościowe jego wymiary. Najpierw jednak — w celu uniknięcia nieporozumień i błędów, które zdarzają się w empirycznych badaniach, a także nielicznych opracowaniach teoretycznych — pewne wyjaśnienie: nie należy utożsamiać intensywnego zajmowania się śmiercią z lękiem wobec niej, choć niekiedy lęk wobec śmierci może pobudzać do myślenia o umieraniu, i vice versa. Myślenie jest innym procesem psychicznym niż lęk: pierwsze łączy się z pewnym dystansem i refleksją, natomiast lęk ujmuje się także jako odruch. Z tej przyczyny czym innym jest myślowe zajmowanie się śmiercią (*thinking about death*) a czym innym lęk przed śmiercią (*having anxiety about death*)<sup>8</sup>.

W myśleniu ludzi o śmierci dość często występuje fantazja, w której jest antycypowana własna rzeczywistość śmierci (wyobrażanie sobie siebie jako umierającego lub zmarłego). Natomiast realistyczne myślenie o śmierci spotyka się rzadziej. Nie jest także pewne czy myślenie o śmierci daje się oddzielić od myślenia w ogóle, a w szczególności od refleksji nad pewnego rodzaju tematyką (los człowieka, sens istnienia, starość, analizowanie dnia, wyobrażanie sobie śmierci, rozważania filozoficzno-światopoglądowe).

Już na podstawie intuicyjnego i przednaukowego poznania można przypuszczać, że częstotliwość zajmowania się śmiercią wzrasta z wiekiem, co miałyby się wiązać z bardziej naturalnym pytaniem o skończoność życia i pozostały odcinek czasu do własnej śmierci. Nie bez znaczenia jest także fakt, że ludzie starzy często przeżywają umieranie swoich bliskich przyjaciół, które to zdarzenia niejako automatycznie zmieniają ich funkcjonowanie i treści myślenia.

W świetle empirycznych badań teza o intensyfikowaniu się myślenia o śmierci wraz z wiekiem poddawana jest w wątpliwość, bowiem obok wyraźnych związków między starzeniem się i częstotliwością myślenia o śmierci<sup>9</sup> podkreśla się także

<sup>8</sup> C. L. Sevey, *Concerns about Death in Relation to Sex, Dependency, Guilt about Hostility, and Feelings of Powerlessness*, „Omega” 4(1973), 209—219.

<sup>9</sup> Por. badania J. M. A. Munnichs, *Einstellung zur Endlichkeit und zum Tod*, in: H. Thomae, U. Lehr (Hg), *Altern*, Frankfurt/M 1968, 579—612; F. C. Jeffers, A. Verwoerd, *How the Old Face Death*, in: E. W. Busse, E. Pfeiffer (Ed), *Behavior and Adaptation in Late Life*, Boston 1969, 163—181; T. Tatwiński i inni, *Badania nad stosunkiem do śmierci w populacji ludzi starszych*, „Psychiatria Polska” 2(1979), 131—137.

brak wpływu wieku na częstotliwość i charakter refleksji o przemijaniu człowieka <sup>10</sup>.

W świetle tego czym już dzisiaj dysponuje tanatologia <sup>11</sup> wydaje się, że zmienną wieku należy traktować szerzej akcentując przede wszystkim jego subiektywny odpowiednik. Oznacza to próbę zastąpienia pojęcia wieku biologicznego wiekiem psychologicznym. Okazuje się bowiem, że częściej niż stare osoby o śmierci myślą ci studenci, którzy w niedalekiej przeszłości (do 5 lat) przeżyli śmierć bliskiego przyjaciela lub krewnego <sup>12</sup>.

Alexander i Adlerstein <sup>13</sup> sugerują, że śmierć staje się bardziej znamieną, gdy ulega podważeniu tożsamość jednostki, np. przez psychospołeczny stres. Również wzrost poczucia własnej odrębności i samotności prowadzi do zajmowania się problematyką śmierci. Przypuszcza się, że permanentne zainteresowanie śmiercią jest w stanie doprowadzić do neurozy lub psychozy. Przeczy temu jednak fakt, że wiele twórczych jednostek (Schopenhauer, Kierkegaard) rozważania o śmierci stało w centrum własnego systemu myślenia <sup>14</sup>.

Ważnym uwarunkowaniem częstotliwości myślenia o śmierci jest stan zaspokojenia podstawowych potrzeb oraz rodzaj relacji międzyosobowych. Niewłaściwe włączenie się w strukturę społeczną i tzw. niestabilność przestrzeni życiowej intensyfikują myślenie o śmierci <sup>15</sup>.

Intensywność myślenia o śmierci wiąże się także z religijnością. Na podstawie badań autora artykułu <sup>16</sup> okazuje się, że

<sup>10</sup> M. A. Lieberman, A. S. Coplan, *Distance From Death as a Variable in the Study of Aging*, „Developmental Psychology” 2(1970), 71—84; K. G. Tismer, N. Erlemeier, I. Tismer-Puschner, *Beziehungen zwischen dem Ausmaß der Beschäftigung mit dem Lebensende und der psychosozialen Situation im Alter*, „Zeitschrift für Gerontologie” 6(1973), 371—385.

<sup>11</sup> Tanatologia jest nauką o śmierci (gr. thanatos = śmierć; logia = nauka, wiedza). Tanatopsychologia jest jej częścią i obejmuje szereg zagadnień psychologicznych związanych z umieraniem i śmiercią.

<sup>12</sup> Por. D. Lester, E. G. Kam, *Effect of a Friend Dying upon Attitudes toward Death*, „Journal of Social Psychology” 83(1971), 149—150.

<sup>13</sup> I. E. Alexander, A. M. Adlerstein, *Death and Religion*, in: H. Feifel(Ed), *The Meaning of Death*, N. York 1965, 271—283.

<sup>14</sup> Por. Tarnowski, *Między życiem a śmiercią*, „Studia Filozoficzne” 1(1980), 180—186.

<sup>15</sup> Por. M. A. Lieberman, A. S. Coplan, art. c.; L. S. Dickstein, *Death Concern: Measurement and Correlates*, „Psychological Reports” 30(1972), 563—571; K. G. Tismer, N. Erlemeier, I. Tismer-Puschner, art. c.

<sup>16</sup> J. Makselon, *Religijność a postawa wobec śmierci*, „Analecta Cra-coviensia” 10(1978), 126.

najczęściej o śmierci myślą osoby obojętne religijnie oraz wierzący, którzy w swej postawie religijnej podkreślają szczególnie elementy intelektualne. Ta empiryczna weryfikacja zależności religijności i myślenia o śmierci czyni dyskusyjnym stwierdzenie amerykańskiego badacza<sup>17</sup>, który pisze, iż „faktyczne nie ma a priori żadnej podstawy do przyjęcia, że religijni ludzie w odniesieniu do śmierci mają jakościowo lub ilościowo inne doświadczenie aniżeli ludzie niereligijni”.

Intrygujące jest sformułowane Dickstein i Blatt<sup>18</sup> w myśl którego skrócenie perspektywy przyszłości łączy się z intensywniejszą refleksją nad tematyką przemijania. Istnieją zasadniczo 3 hipotezy wyjaśniające kierunek tej zależności:

1° — intensywniejsze myślenie o śmierci jest skutkiem charakterystycznego dla danej jednostki sposobu przeżywania czasu. Osoby, które bardziej perspektywicznie planują swoją przyszłość mniej zajmują się śmiercią, ponieważ wydaje im się ona oddalona. Zaś osoby żyjące przede wszystkim teraźniejszością, dla których przyszłość jest pustą przestrzenią, śmierć przeżywają jako bliżej stojącą i dlatego częściej się nią interesują<sup>19</sup>.

2° — zajmowanie się śmiercią powoduje zanik lub ograniczenie perspektywy przyszłości. Ponieważ z bliżej nieokreślonych motywów człowiek zajmuje się intensywnie skończonością własnego życia i śmierć posiada dla niego znamiona rzeczywistości, planowanie przyszłości wydaje się nieistotne<sup>20</sup>.

3 — zarówno zamknięcie się na przyszłość jak i intensywne zajmowanie się śmiercią sprowadzają się do jednej przyczyny: położenia uczuciowego określanego przez rozpacz. „Obydwie, zajmowanie się śmiercią i skrócona perspektywa czasowa mogą odzwierciedlać beznadziejność”<sup>21</sup>.

Autor artykułu sądzi, że myślenie o śmierci, a specjalnie jego częstotliwość, jest fundamentalnie związana z subiektywnym poczuciem własnego zdrowia.

<sup>17</sup> D. Lester, *Attitudes devant la Mort et Conduites Religieuses*, in: A. Godin(Ed), *Mort et Présence*, Brüssel 1971, 107—127.

<sup>18</sup> L. S. Dickstein, S. J. Blatt, *Death Concern, Futurity, and Anticipation*, „Journal of Consulting Psychology” 30(1966), 11—17.

<sup>19</sup> Por. R. Kastenbaum, *Time and Death in Adolescence*, in: H. Feifel(Ed), *The Meaning of Death*, N. York 1965, 99—113.

<sup>20</sup> J. Wittkowski, *Tod und Sterben*, Heidelberg 1978.

<sup>21</sup> L. S. Dickstein, S. J. Blatt, art. c., 16.



## 2. LĘK WOBEC ŚMIERCI

Wśród terminów najczęściej używanych do charakterystyki postawy wobec śmierci pojawiają się określenia „lęk”, „niepokój”. W związku z tym „lęk przed śmiercią stał się jednym z najczęściej objaśnianych pojęć w dziedzinie badań nad śmiercią”<sup>22</sup>. Zagadnienie niepokoju i lęku nie jest oczywiście zarówno z teoretycznego jak i metodologicznego punktu widzenia.

Zanim jednak przejdziemy do wyjaśnienia na czym polega lękowe zachowanie się wobec śmierci, najpierw kilka informacji o lęku w ogóle<sup>23</sup>.

Ogólnie lęk jest określany jako stan lub cecha wiążąca się z uczuciem zagrożenia, przy czym przyczyna owego zagrożenia jest mniej lub bardziej nieokreślona. Dołącza się do tego jeszcze tzw. zachowanie oczekujące, czyli antycypacja przyszłego nieszczęścia o niewiadomym przebiegu, co szczególnie podkreśla się w nowszej literaturze psychologicznej. English, English<sup>24</sup> lęk definiują jako uczucie mocnego zaniepokojenia albo przestachu wobec (faktycznego lub antycypowanego) niebezpieczeństwa bądź bólu<sup>25</sup>.

Wydawać by się mogło, że w toku rozwoju cywilizacji śmierć przestanie być groźna dla człowieka. Tymczasem obserwuje się coś przeciwnego, bowiem nie tylko ludzie starzy lub chorzy boją się śmierci, ale także osoby w pełni sił, ludzie sukcesu i znacznych perspektyw rozwoju. Powstaje więc pytanie: skąd się ten lęk bierze?, jakie są jego rodzaje?

### 2.1. Źródła lęku wobec śmierci

Lęk przed śmiercią jest osadzony na określonych biologicznych instynktach. Wśród nich odróżnia się dwa zasadnicze: instynkt zachowania gatunku i instynkt zachowania własne-

<sup>22</sup> N. Erlemeier, *Psychologische Forschungen zum Todesproblem*, „Zeitschrift für Gerontologie” 5(1972), 41.

<sup>23</sup> W nowszej literaturze psychologicznej podjęto dyskusję nad odróżnieniem lęku i strachu. Zauważa się tendencję do zamiennego traktowania tych dwóch emocji (por. C. E. Izard, S. S. Tomkins, *Affect and Behavior: Anxiety as a Negative Affect*, in: Ch. D. Spielberger (Ed), *Anxiety and Behavior*, N. York 1971, 99) lub też całkowitego odrzucenia pojęcia strachu i lęku na rzecz wyakcentowania w każdym psychicznym przeżyciu intencjonalności (por. L. J. Pongratz, *Lehrbuch der Klinischen Psychologie*, Göttingen 1973. W tanatologii przyjmuje się pojęcia strachu i lęku traktując je wielokrotnie zamiennie.

<sup>24</sup> H. B. English, A. C. English, *A Comparative Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms*, N. York 1958.

<sup>25</sup> Por. Ch. D. Spielberger, *Anxiety and Behavior*, N. York 1971.

go życia. O ile współczesnemu człowiekowi nie tak bardzo chodzi o przedłużenie egzystencji gatunku homo sapiens, o czym świadczyło by pewne załamanie się w niektórych krajach przyrostu naturalnego, o tyle zabiega o własne życie, o nie walczy nawet wtedy, gdy ma małe szanse powodzenia. Życie dla jednostki stanowi taką wartość, że jakiegokolwiek naruszenie go wywołuje protest, a także gest samoobrony. Można zatem powiedzieć, że pierwszym źródłem lęku przed śmiercią jest wrodzona człowiekowi tendencja obronna własnego życia. Śmierć to życie niszczy w radykalny i drastyczny sposób; stąd wobec niej ludzie odczuwają trwogę, która jest lękiem biologicznym<sup>26</sup>.

Człowiek w przeżywaniu śmierci różni się od zwierząt, ponieważ może myśleć o niej naprzód podczas gdy zwierzę reaguje na bezpośrednie zagrożenie życia<sup>27</sup>. Człowiek jest wprzęgnięty w świat przyrody, ale nie bez reszty, bowiem jest zdolny do transcendowania jej. Jego ciało ulega systematycznemu niszczeniu, co w efekcie doprowadza do śmierci organizmu, zaś dzięki duchowości jest świadomy — przynajmniej w niektórych okresach życia — że umrze. Jest to jednak świadomość dość dziwna, jakby zamazana, gdyż doświadczenie uczy, że umiera ktoś bliski lub znajomy, ale nie my sami. Inaczej mówiąc, człowiek nie doświadcza własnej śmierci bezpośrednio, ale poprzez warunki i otoczenie w jakim żyje. Ponieważ to doświadczenie jest bliżej nieokreślone, budzi lęk.

Większość ludzi jest przekonana, że życie nie jest stabilne lecz przebiega pod presją lęku egzystencjalnego, który kryje się we współczesnej kulturze. Niektórzy obserwatorzy życia społecznego twierdzą, że jest to tzw. lęk nuklearny, wynikający z zagrożenia całego istnienia przez potencjał militarny. Echa tego lęku odnajduje się w licznych protestach przeciw zbrojeniom. W każdym mianowicie proteście objawia się bojaźń przed śmiercią i troska o życie.

W perspektywie śmierci, a czasem w jej momencie, pojawia się zainteresowanie tym, co rzeczywiście dobre, a co złe, co godne, a co uwłaczające człowiekowi. Natarczywie staje się wtedy pytanie o prawdziwe wartości i ulegają weryfikacji stare kryteria postępowania. To wszystko, oczywiście, łączy się z działaniem sumienia, które staje się wówczas najbardziej bliskim i bezpardonowym oskarżycielem człowieka. Mówi się,

<sup>26</sup> Por. A. Kępiński, *Lęk*, Warszawa 1977.

<sup>27</sup> Por. H. Haškocova, *Między życiem i śmiercią*, Warszawa 1978, 52.

że przed śmiercią ma miejsce przegląd życia podobny do kroniki wydarzeń<sup>28</sup>. Ponieważ nikt krytyczny nie może o sobie powiedzieć, że jest moralnie doskonały przeto przypuszcza, że w momencie śmierci spadnie na niego brzemień odpowiedzialności za niewykorzystane okazje do rozwoju siebie. Perspektywa rozliczania się z życia jest więc następnym źródłem lęku przed śmiercią.

Na ogół człowiek lubi żyć w sferze złudzeń. Przed śmiercią dochodzi do odarcia człowieka ze złudzeń, następuje proces odkłamania, które polega na tym, że odrzuca się falsyfikaty wartości, a staje wobec siebie w prawdzie<sup>29</sup>. Nie dokonuje się to bez trudu, a nawet bólu.

Powszechnym zjawiskiem w życiu społecznym jest zanik obustronnej komunikacji między grupami aktywnymi życiowo i osobami starszymi. Odsunięcie się społeczeństwa ludzi zdrowych od osób starszych i umierających tłumaczy się tym, że pierwsi chcą jeszcze zdobywać świat, a drudzy nie chcą tracić nic z tego, co osiągnęli. Jest to więc konflikt interesów, który pociąga za sobą brak porozumienia. Brak porozumienia i konflikt zawsze prowadzą do samotności, co jest zarazem kolejnym źródłem lęku wobec śmierci.

Zrozumienie genezy lęku w postawach wobec śmierci stanie się pełniejsze przez odwołanie się do teoretycznych wyjaśnień funkcjonujących w myśleniu psychoanalitycznym.

#### A) Freuda teoria lęku przed śmiercią

Dla Freuda podstawą lęku ogólnego, a także lęku przed śmiercią jest lęk kastracyjny<sup>30</sup>. Znajdujący się w sytuacji edypalnej młody człowiek doświadcza realnego albo wyimaginowanego zagrożenia ze strony ojca. Wynikające stąd lęki przez introjekcję figury ojca łączą się z normami i wyobrażeniami wartości. Tworzeniu się sumienia dziecka towarzyszy poczucie winy i lęk przejawiające się w ambiwalencji uczuć wobec ludzi, bowiem — zdaniem Freuda — nawet intymnym i harmonijnym związkom między ludźmi towarzyszy odrobina nienawiści, która może pobudzać nieświadome pragnienie śmierci. Ogólniejszą kategorią wyjaśniającą ambiwalentność uczuć względem drugiego człowieka jest gra między popędem życia

<sup>28</sup> Por. E. S. Shneidman, *Aspects of the Dying Process*, „*Psychiatric Annals*” 7—8(1977), 391—397.

<sup>29</sup> Por. C. Saunders, *Chwila prawdy: opieka nad człowiekiem umierającym*, w: L. Pearson (Red), *Śmierć i umieranie*, Warszawa 1975, 45—72.

<sup>30</sup> Por. J. Wittkowski, dz. c., 68.

(eros) i popędem śmierci (tanatos). W eseju „Kultura jako źródło cierpień” Freud pisze, że „poza popędem do zachowania żywej substancji i łączenia jej w coraz większe całości, musi istnieć przeciwstawny mu popęd, który dąży do rozkładania tych jednostek i sprowadzania ich do pierwotnego nieorganicznego stanu. A więc poza erosem — także popęd do śmierci”<sup>31</sup>.

Freudowski konflikt między instynktem śmierci i życia przypuszczalnie powoduje poczucie winy, które staje się źródłem lęku przed śmiercią. Lęk winy istniejący na skutek nieświadomego życzenia śmierci znacznie się intensyfikuje wówczas, gdy umiera bliski człowiek. Freud uważał — jak podkreśla Shibles — iż „człowiek wymyśla duchy, religię i demony z powodu winy, że spowodował śmierć kogoś bliskiego”<sup>32</sup>.

Zaznaczono już powyżej, że lęk kastracyjny ujawnia się w niepokoju sumienia i winy. Obok tego Freud wyróżnia jeszcze jedną jego formę, którym jest lęk oddzielenia (Trennungsangst). Lęk kastracyjny jest jakby przeddoświadczeniem (Vorerfahrung) lęku oddzielenia. Istotą tego lęku jest obawa przed utratą jakiegoś obiektu. Nie dotyczy to tylko integralności własnego ciała, ale także pozbawienia wszelkich powiązań, jakie są dane człowiekowi.

Freud zdaje się utożsamiać lęk kastracyjny, względnie jego formę (lęk oddzielenia) z lękiem przed śmiercią pisząc w jednej z prac (Hemmung, Symptom und Angst — 1926): „Utrzymuję przekonanie, że lęk przed śmiercią może być ujęty jako analogon lęku kastracyjnego”<sup>33</sup>.

Oddzielenie od pierwotnego przedmiotu miłości (matki) jest pierwowozorem lękowych reakcji wiążących się ze śmiercią, które występują w formie strachu przed byciem porzuconym, zdaniem się tylko na siebie. Niewłaściwe odłączenie się od matki, a także od świata w ogóle jako sytuacji macierzystej, pozbawia człowieka zdolności do przeżycia całkowitej izolacji dokonującej się w momencie śmierci<sup>34</sup>. W tym znaczeniu lęk przed śmiercią oznacza bojaźń najbardziej radykalną spośród tych, jakie są do pomyślenia, gdyż jest totalnym oddzieleniem jednostki od jej dotychczasowych relacji względem świata ludzi i rzeczy.

<sup>31</sup> Z. Freud, *Człowiek, religia, kultura*, Warszawa 1967, 289.

<sup>32</sup> W. Shibles, *Death. An Interdisciplinary Analysis*, Wisconsin 1974, 252.

<sup>33</sup> Cyt. za: J. Wittkowski, dz. c., 69.

<sup>34</sup> Por. W. Muensterberger, *Vom Ursprung des Todes*, „Psyche” 17 (1963), 181.

W skrócie więc lęk winy i lęk oddzielenia sprowadzają się do lęku przed kastracją, a same z kolei są komponentami lęku przed śmiercią, zaś lęk przed śmiercią jest skrajnym wariantem lęku ogólnego, który zajmuje kluczową pozycję w psychoanalitycznej koncepcji człowieka.

Analizując myślenie Freuda na temat lęku przed śmiercią zauważa się wiele niejasności. Nie wiadomo bowiem czy pierwotnym źródłem lęku przed śmiercią jest sytuacja edypalna i rodzący się na jej tle lęk kastracyjny czy też destrukcyjny popęd ku śmierci (tanatos). Freud wprawdzie z antagonistycznego powiązania dwóch popędów (erosa i tanatosa) uczynił jakieś prawo działania psychiki człowieka, ale dokładnie nie rozwinął nauki o dwoistości popędów, lecz przeciwnie — wielokrotnie ją zmieniał. Shibles twierdzi<sup>35</sup>, że Freud początkowo pokazywał antagonizm tych popędów, a później wzajemne ich przenikanie się, co pozwalałoby sądzić, że pochodzą z jednego źródła.

Sama koncepcja instynktu śmierci jest krytykowana za to, że w życie ludzkie wprowadza jeszcze jedno fatum<sup>36</sup>, a badania kliniczne zdają się nie wskazywać jego powszechnego występowania.

#### B) Następcy Freuda.

U następców Freuda koncepcja lęku przed śmiercią nie jest bynajmniej jednolita. Wprawdzie wszyscy autorzy o orientacji psychoanalitycznej nie przekreślają danych psychologii głębi na temat lęku tego typu, ale swoiście rozkładają akcenty w jego analizie.

Już Chadwick<sup>37</sup> (1929) dyskutowała problem zależności lęku wobec śmierci od lęku kastracyjnego stawiając pytanie czy lęk przed śmiercią nie jest czymś pierwotnym względem lęku kastracyjnego lub też lęku przed utratą przedmiotu miłości. Na dodatek wysuwa ona twierdzenie, że istotne cechy lęku to obawa przed nieznanym i niekontrolowanym<sup>38</sup>. W takim ro-

<sup>35</sup> Por. W. Shibles, dz. c., 250—253.

<sup>36</sup> Por. J. Laplanche, *Leben und Tod in der Psychoanalyse*, Freiburg 1974, 152—184.

<sup>37</sup> M. Chadwick, *Notes upon the Fear of Death*, „International Journal of Psychoanalytcs” (10(1929), 321—334.

<sup>38</sup> „Śmierć jest dobitnym przejawem mocy nad którą nie mamy żadnej kontroli, jest jak olbrzym, w którego objęciach jesteśmy słabi, którego bliskość może być łagodna, ale którego wezwanie musi być wykonane. Jest ona niewidzialna, nieuchwytna, niezrozumiała i stąd w pewnej mierze nieznaną, poburzająca do lęku, jest czymś, co zawsze powadzi do zatrwożenia” (M. Chadwick, dz. c., 323).

zumieniu niepokoju lęk przed śmiercią obejmuje obawę oczekiwania<sup>39</sup>.

Podobnie Klein (1948) stwierdza, że lęk przed śmiercią nie wywodzi się z lęku kastracyjnego lecz z popędu ku śmierci. Popęd śmierci decyduje także o lęku w ogóle. Pisze on: „...stawiam hipotezę, że lęk jest wyzwalany przez niebezpieczeństwo, które zagraża organizmowi ze strony popędu śmierci i sądzę, że jest to pierwotna przyczyna lęku”<sup>40</sup>.

Sarnoff i Corwin<sup>41</sup> nie negując związku między lękiem kastracyjnym i lękiem wobec śmierci postulują, by uznać, że lęk przed śmiercią posiada także pozaedypalne uwarunkowania.

Ostatnio propozycje interpretacyjne uczonych o orientacji psychoanalitycznej idą w tym kierunku, by lęk przed kastracją i oddzieleniem odnosić jedynie do procesu umierania, a nie lęku przed śmiercią<sup>42</sup>. Próbuje się także podkreślać znaczenie otoczenia dla powstawania lęku przed śmiercią. Becker<sup>43</sup> dowodzi np., że niepoznawalność świata, szczególnie wyraźna we wczesnodziecięcych doświadczeniach, określa wymiar późniejszego lęku przed śmiercią. Jeżeli dziecko doświadczyło miłości i wsparcia od otoczenia, jako dorosły człowiek może pokonać lęk przed śmiercią.

## 2.2. Rodzaje lęku wobec śmierci

Jednym z istotnych problemów badawczych nad lękiem wobec śmierci jest następujące pytanie: czy strach przed śmiercią jest odrębnym zjawiskiem psychologicznym czy też składa się z obawy przed innymi przedmiotami lub zjawiskami? Tanatologowie zestawiają mniej lub bardziej empirycznie udokumentowane listy podziałów lęku wobec śmierci. Poszerzając pierwotne rozróżnienie na lęk przed własną i cudzą śmiercią<sup>44</sup>, Collett i Lester<sup>45</sup> teoretycznie postulowali 4 ro-

<sup>39</sup> Por. S. Anthony, *The Discovery of Death in Childhood and After*, London 1971.

<sup>40</sup> Cyt. za: J. Wittkowski, dz. c., 72.

<sup>41</sup> I. Sarnoff, S. M. Corwin, *Castration Anxiety and the Fear of Death*, „Journal of Personality” 27(1959), 374—385.

<sup>42</sup> Por. R. D. Stolorow, *Perspectives on Death Anxiety: A Review*. *Psychiatrical Quarterly*” 47(1973), 473—486.

<sup>43</sup> E. Becker, *The Denial of Death*, N. York 1973.

<sup>44</sup> Dokonali tego: J. C. Diggory, *Self-Evaluation-Concepts and Studies*, N. York 1966; D. Lester, *Experimental and Correlational Studies of the Fear of Death*, „Psychological Bulletin” 67(1967), 27—36.

<sup>45</sup> L. J. Collet, D. Lester, *The Fear of Death and the Fear of Dying*, *Journal of Psychology*” 72(1969), 179—181.

dzaje lęku wobec śmierci:

- strach przed umieraniem innych ludzi,
- lęk przed własnym umieraniem,
- lęk przed śmiercią innego człowieka,
- strach przed własną śmiercią <sup>46</sup>.

W świadomości człowieka pierwotny jest, jak się wydaje, lęk przed śmiercią własną lub drugiej osoby. Pierwotność percepcji tych zjawisk tłumaczy się tym, że śmierć jest postrzegana jako wydarzenie będące radykalnym i zwykle szybkim ukończeniem życia; umieranie natomiast jest procesem i dlatego drastyczność jego przebiegu jest jakby rozciągnięta w czasie. Tak więc parametr czasu byłby czynnikiem różnicującym śmierć od umierania.

a) Lęk przed własną śmiercią pojawia się wówczas, gdy osoba uświadomi sobie nieodwracalność jej fizycznego wygasania oraz wymazanie wszystkich wewnętrznych i zewnętrznych związków ze światem. Ponadto lęk ten może się zwrócić ku przyszłości i ulec konkretyzacji w formie obawy przed odrzuceniem i ukaraniem przez Boga, który wówczas percypowany jest jako ostateczna, bezwzględnie działająca sprawiedliwość. W niektórych kulturach i okolicznościach dość istotnym czynnikiem wyzwalającym lęk przed własną śmiercią jest troska o pozostawionych krewnych <sup>47</sup>.

b) Lęk przed śmiercią innego człowieka koncentruje się wokół natury powiązań interpersonalnych. Gdy odchodzi ktoś bliski, w odniesieniach międzyosobowych powstaje wyłom, a u osoby pozostawionej jeszcze przy życiu niejednokrotnie zanika częściowo lub czasowo (albo też musi ulec reinterpretacji) cel i treść życia, które dotąd swe znaczenie posiadało jedynie w łączności ze zmarłym człowiekiem. Lęk przed śmiercią bliskiego człowieka jest w gruncie rzeczy lękiem przed swoim przemijaniem, co łączy się z depresją, żałobą oraz unikaniem śmierci. Unikanie śmierci (*death avoidance*) oznacza odrzucanie okazji bycia bliżej umierającego, lęk przed dotykaniem ciała zmarłego, wstręt do sytuacji, które przypominają

<sup>46</sup> W późniejszych empirycznych badaniach Hensle (*Todesfrucht. Versuch einer Strukturierung und Entwicklung einer Fragebogenskala, Psychologische Beiträge* 19(1977), 545—566) wyróżnił: a/ niemiłe poczucie w obecności umierającego połączone z odrzucaniem śmierci, b) postawę dezakceptującą śmierć i skończoność bytu ludzkiego, c) zaniepokojenie i zmieszanie możliwością śmierci kogoś innego, d) zaniepokojenie okolicznościami własnego umierania.

<sup>47</sup> Por. P. Aries, *Essais sur l'histoire de la mort en Occident du moyen âge à nos jours*, Paris 1975.

o śmierci<sup>48</sup>. Granice między lękiem przed własną śmiercią i śmiercią kogoś innego są raczej płynne. Przypuszcza się, że zarówno w wypadku własnej śmierci jak i śmierci innego, często człowiek boi się utraty zdolności celowego działania i/albo doznawania rozkoszy<sup>49</sup>.

c) Lęk przed śmiercią<sup>50</sup> różni się od lęku przed umieraniem, chociaż nie wszystkie badania empiryczne to potwierdzają<sup>51</sup>. Tam, gdzie uznaje się istnienie lęku przed śmiercią i lęku przed umieraniem, w tym ostatnim przeprowadza się także podział na lęk przed własnym umieraniem i umieraniem innego człowieka<sup>52</sup>.

Lęk przed własnym umieraniem w pierwszym rzędzie ma za przedmiot cierpienia i bóle związane z doświadczeniem rzeczywistego umierania, nieporadnością, zależnością, automatycznie niejako doznawaną utratą własnej godności<sup>53</sup>.

d) Lęk przed umieraniem innego człowieka, który w znacznym stopniu jest identyczny z lękiem przed zmarłym, można tłumaczyć bojaźnią współcierpienia jak również często spotykaną bezradnością w obcowaniu z ciężko chorymi i umierającymi<sup>54</sup>. Lęk przed umierającym w dużym zakresie zmienia stosunek otoczenia do pacjenta lub domownika prowadząc najczęściej do postawy unikowej i swoistego kompleksu śmierci<sup>55</sup>.

Przeglądając dalej próby podziału lęku przed śmiercią natrafiamy na propozycję wyróżnienia 6 komponent strachu przed śmiercią<sup>56</sup>. Są to: strach przed umieraniem, przed dalszym losem oraz lęk przed zapomnieniem, które każdorazowo wiążą się albo z własną albo z cudzą śmiercią. W myśl tej koncepcji podstawowy lęk śmierci (*basic death fear*) sprowa-

<sup>48</sup> Por. L. D. Nelson, C. C. Nelson, *A Factor Analytic Inquiry into the Multidimensionality of Death Anxiety*, „Omega” 6(1975), 171—178.

<sup>49</sup> Por. J. C. Diggory, dz. c., 390.

<sup>50</sup> Wyróżniając postaci lęku wobec śmierci mówi się o tzw. lęku przed kolektywną śmiercią (*Kollektiv-Tod*). Lęk ten współcześnie został szczególnie rozbudzony przez grozę całkowitej zagłady ludzkości w wypadku użycia broni masowego rażenia.

<sup>51</sup> Por. L. D. Nelson, C. C. Nelson, art. c.

<sup>52</sup> Por. R. Kastenbaum, R. Aisenberg, dz. c., 45—46.

<sup>53</sup> J. M. A. Munnichs, *Endlichkeit und Sterben*, „Zeitschrift für Gerontologie” 6(1973), 351—358.

<sup>54</sup> E. Kübler-Ross, *Rozmowy o śmierci i umieraniu*, Warszawa 1979.

<sup>55</sup> B. G. Glaser, A. Straus, *Interaktion mit Sterbenden*, Göttingen 1974, 209—239.

<sup>56</sup> R. Kastenbaum, R. Aisenberg, dz. c., 45.



dza się do obawy przed wymazaniem człowieka z pamięci otoczenia.

Interesującą listę przejawów lęku wobec śmierci przedstawili ostatnio J. W. i J. A. Hoelterowie<sup>57</sup>. Wyróżnili oni lęk: 1) przed procesem umierania, 2) przed wczesną śmiercią, 3) o kogoś, kto cierpi po śmierci, 4) przed zniszczeniem istnienia, 5) o ciało po śmierci, 6) przed nieznanym, 7) przed zwłokami, oraz 8) fobiczny strach przed wszystkim, co przypomina śmierć.

Wydaje się, że różne podziały lęku wobec śmierci, które powyżej opisano należy uprościć i uzupełnić przyjmując — na podstawie własnych badań autora artykułu — że lęk wobec śmierci zawiera 3 podstawowe czynniki i jest wypadkową: lęku przed własną śmiercią, lęku o śmierć bliskiej osoby oraz zamieszkania wobec ogólnego zjawiska przemijania człowieka.<sup>58</sup>

### 3. MECHANIZMY OBRONNE W POSTAWIE WOBEC ŚMIERCI

Ternin „mechanizm obronny” wywodzi się od Freuda i oznacza psychodynamiczne procesy, których celem jest zapewnienie jednostce dobrego funkcjonowania. Stanowiąc system obronny „ja” mechanizmy te spełniają kilka funkcji: redukują lęk, chronią poczucie godności, pozwalają utrzymać względnie wysoką samoocenę. Jako półśrodki nie likwidują one konfliktów motywacyjnych i interpersonalnych<sup>59</sup>. Podczas gdy w psychoanalizie mechanizmy obronne były widziane prawie wyłącznie w kontekście neurotycznych zachowań, współcześnie wskazuje się na to, że nieświadoma obrona „ego” jest cechą także normalnej, względnie zdrowej jednostki<sup>60</sup>.

Tanatopsychologowie są przekonani, że spotkaniu człowieka

<sup>57</sup> J. W. Hoelter, J. A. Hoelter, *The Relationship between Fear of Death and Anxiety*, „The Journal of Psychology” 99(1978), 225—226.

<sup>58</sup> Nie wyklucza to, oczywiście, możliwości analizy i porównywania ze sobą poszczególnych aspektów lęku wobec śmierci. Prawdopodobnie wydaje się nawet — na podstawie próbnych badań przeprowadzonych przez autora — większe nasilenie lęku przed własną śmiercią niż śmiercią innego człowieka.

<sup>59</sup> Por. J. Kozielski, *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Warszawa 1980, 130—131.

<sup>60</sup> Por. H. P. Laughlin, *The Ego and Its Defenses*, N. York 1979, 5.

ze śmiercią i umieraniem towarzyszą mechanizmy obronne<sup>61</sup>. Działanie tych mechanizmów ma przede wszystkim zmniejszyć lęk przed śmiercią. Wobec śmierci nie działa tylko jeden mechanizm obronny, ale zazwyczaj kilka pozostających ze sobą we wzajemnych powiązaniach. Można również wskazać na różne czynniki określające ilość i sposób pojawiania się tych mechanizmów. Do czynników tych należą m. in.:

- wiek chronologiczny człowieka spotykającego się z fenomenem śmierci i umierania,
- czasowy dystans do własnej śmierci,
- aktualna kondycja fizyczna i psychiczna,
- wpływ jakichś innych, bardziej złożonych, zmiennych, np. religijności<sup>62</sup>,
- osobiste doświadczenie ze śmiercią i umieraniem,
- stopień osobowej dojrzałości jednostki<sup>63</sup>.

Nie wdając się w dyskusję na temat ilości i podziału mechanizmów obronnych<sup>64</sup>, w związku z postawą wobec śmierci zajmiemy się następującymi: wypieranie, zaprzeczanie i racjonalizacja, gdyż są one względnie szeroko omówione w literaturze psychologicznej jako typowe dla reakcji człowieka na śmierć. Innych mechanizmów obronnych zazwyczaj nie odnosi się do postawy tanatologicznej lub też czyni się o nich tylko marginesowe wzmanki.

### 3.1. Wypieranie tematyki śmierci.

Wyparcie jest jednym z najbardziej rozpowszechnionych mechanizmów obronnych i polega na usuwaniu ze świadomości myśli o takich sytuacjach i rzeczach, które wywołują poczucie winy i lęk. By uniemożliwić powrót wypartych treści,

<sup>61</sup> Por. H. Feifel, *Attitudes toward Death in Older Persons*, „Journal of Gerontology” 16(1961), 61—63; A. A. Hutschnecker, *Personality Factors in Dying Patients*, in: H. Feifel(Ed), dz. c., 237—250; C. W. Wahl, N. York 1965, 56—66; C. H. W. Montefiore, *Death Anxiety*, N. York 1973; C. L. Selvey, art. c.; R. Kastenbaum, P. T. Costa, *Psychological Perspectives on Death*, „Annual Review of Psychology” 28(1977), 225—249.

<sup>62</sup> Wśród niektórych badaczy panuje przekonanie, że intensyfikująca się wiara w życie wieczne u starszych osób jest mechanizmem przetwarzania lęku przed śmiercią, czyli reakcją obronną. Jednakże, zdaniem np. Feifela (1961, art. c.) wzmoczona religijność w starszym wieku może być rozumiana jako skutek prawdziwej wiary lub też — gdy wiara jest niedojrzała i powierzchowna — jako mechanizm obronny przed lękiem wobec śmierci.

<sup>63</sup> Por. F. C. Jeffers, A. Verwoerd, art. c.

<sup>64</sup> Z. Freud wymienia 10 mechanizmów obronnych, zaś Laughlin (dz. c.) wyróżnia 22 pierwszorzędne i 26 drugorzędnych.

człowiek podejmuje często dodatkowe czynności, jednakże zrepresjonowane myśli ukierunkowują jego działanie<sup>65</sup>.

W dyskusji na temat wyparcia problematyki śmierci spotyka się dwa przeciwstawne stanowiska. Obrońcy hipotezy wyparcia wywodzą się głównie spośród psychologów, psychiatrów, filozofów i teologów, natomiast socjologowie i antropologowie kulturowi<sup>66</sup> są odmiennego zdania.

Wypieranie problematyki śmierci istnieje u człowieka podobnie jak chęć zapomnienia o sprawach związanych z własną chorobą czy upływem wieku. Współczesnemu człowiekowi z kręgu kultury zachodniej pozostają dwie możliwości ustosunkowania się do zjawiska śmierci: a) akceptacja przemijania człowieka dokonująca się w spokoju, obojętności lub sceptycyzmie lub b) wyparcie myśli o śmierci. Obniżenie się znaczenia treści religijnych oraz rozpowszechnienie przyrodniczego obrazu świata wprawiają w sprzeczności człowieka, który „powątpiewa w nieśmiertelność, ale jeszcze nie chce być śmiertelny”<sup>67</sup>. Psychoanalitycznie zorientowany badacz<sup>68</sup> uważa, że bez wiary w przyszłe życie człowiekowi pozostaje jedynie unikanie śmierci, czego rozliczne świadectwa są powszechnie dostępne. Jednym z nich jest socjopsychologiczny fenomen tabuizacji (Tabuierung), czyli zahamowanie porozumiewania się na tematy związane w tym wypadku z dziedziną śmierci i umierania. Wyrazem tabuizacji śmierci są także formy ukrywania jej i manipulowania nią, co zresztą umożliwiają osiągnięcia współczesnej medycyny i techniki.

R. May dowód na represjonowanie problematyki śmierci widzi w obsesji seksu, gdyż „tam, gdzie mamy do czynienia z obsesją, możemy przyjąć, że istnieje równoważąca ją represja. Gdzie uchodzi niepokój wywołany zrepresjonowaniem śmierci i jej symboli? Ku naszemu kompulsywnemu przejmowaniu się seksem. Represja śmierci równoważona jest obsesją seksu. Przez seks najprościej można udowodnić sobie swoją witalność, przekonać się, że jest się ciągle młodym, męskim, dowieść sobie, że się jeszcze nie umarło”<sup>69</sup>.

<sup>65</sup> Por. E. Hilgard, *Wprowadzenie do psychologii*, Warszawa 1972, 764.

<sup>66</sup> Por. A. Hahn, *Einstellungen zum Tod und ihre soziale Bedingtheit*, Stuttgart 1968; Ch. Ferber, *Der Tod. Ein unbewältigtes Problem für Mediziner und Soziologen*, „Kölner Zeitschrift für Soziologie” 22(1970), 237—250.

<sup>67</sup> J. Wittkowski, dz. c., 128; por. H. Marcuse, *The Ideology of Death*, in: H. Feifel(Ed), dz. c., 64—76.

<sup>68</sup> J. E. Meyer, *Tod und Neurose*, Göttingen 1973.

<sup>69</sup> R. May, *Miłość i wola*, Warszawa 1978, 141.

. Badania psychologiczne<sup>70</sup> niedwuznacznie dowodzą istnienia — przynajmniej w tych sytuacjach, które objęto już empiryczną weryfikacją — mechanizmów wypierania w postawie tanatologicznej. Wyraźnym tego wskaźnikiem jest dysproporcja między poziomem lęku badanego kwestionariuszami (aspekt świadomościowy) i technikami projekcyjnymi (aspekt nieświadomy).

Wychodząc od współczesnego ujęcia mechanizmów obronnych, czyli nie przypisując im absolutnej powszechności, lecz przyjmując je jako skutek uczenia się, najbliższe prawdy byłoby stwierdzenie, że wypieranie stanowi możliwą ale niekonieczną i jedyną modalność postawy tanatologicznej.

### 3.2. Negacja śmierci

Zaprzeczenie polega na niedostrzeganiu tych aspektów rzeczywistości, które człowiekowi kojarzą się z lękiem, koniecznością wysiłku, zmniejszeniem komfortu życiowego<sup>71</sup>. Mechanizm negacji stanowi drugi co do ważności sposób zachowania się człowieka wobec śmierci. Człowiek, będąc bezsilny wobec własnej i cudzej śmierci, interesuje się śmiertelnymi wypadkami, katastrofami, wyrokami śmierci by w ten sposób potwierdzić swą integralność i zanegować śmierć u siebie. Również upiększanie trumien i grobów można tłumaczyć mechanizmem samoobniżania się grozy śmierci, który polega na tym, że śmierć — stając się mniej groźna na skutek w/w zabiegów — budzi mniejszy sprzeciw. Negowanie własnej śmierci, a przynajmniej jej możliwości, odzwierciedla się w wyrażeniach „mnie to nie dotyczy”, „mnie to nie może spotkać” itp.

Negacji śmierci sprzyjają zakłócenia w percepcji świata i siebie, a szczególnie koncepcji własnego ciała (body image). Bezradność i zależność, uzasadnione częściowo przez podeszły wiek oraz warunki życia, a głównie przez oczekiwanie procesu umierania, stają się źródłem zaprzeczania śmierci. Negowanie śmierci jest ujmowane w badaniach klinicznych jako jedna z podstawowych potrzeb umierającego człowieka, która

<sup>70</sup> Prowadzili je m. in.: P. E. I. Christ, *Attitudes toward Death among a Group of Acute Geriatric Psychiatric Patients*, „Journal of Gerontology” 16(1961); I. E. Alexander, A. M. Adlerstein, dz. c.; P. J. Handal, J. F. Rychlak, *Curvilinearly between Dream Content and Death Anxiety and the Relationship of Death Anxiety to Repression-Sensitization*, „Journal of Abnormal and Social Psychology” 77(1971), 11—16; K. G. Magni, *La peur de la mort*, in: A. Godin(Ed), dz. c., 129—142.

<sup>71</sup> S. Siek, *Rozwój osobowości*, Warszawa 1976, 377.

przejawia się w pierwszym etapie zbliżania się ku śmierci. „Zaprzeczanie, przynajmniej częściowe, występuje prawie u wszystkich pacjentów, nie tylko w pierwszych fazach choroby czy zaraz po postawieniu diagnozy, ale czasem również i później”<sup>72</sup>. Niederland<sup>73</sup> opisując hierarchię form obrony, jakimi może posługiwać się „ego” w krańcowym zagrożeniu (np. obóz koncentracyjny) ustala, że pierwsze znaczenie posiada wówczas negacja możliwości śmierci. Wydaje się, że ów fakt można tłumaczyć jako wyraz instynktu samozachowawczego. W pewnej mierze dowodem istnienia negacji jako mechanizmu obronnego przed śmiercią są opisy przeżyć znajdowania się poza własnym ciałem (*out-of-body*) i obserwowanie siebie jakby z zewnątrz. Obok stwierdzenia, że przeżycia te są próbą oddzielenia się od niewystarczającego, osłabionego i mało funkcjonalnego ciała, Ehrenwald widzi w nim jeszcze przejaw potrzeby negowania śmierci<sup>74</sup>. Z negacją śmierci kogoś innego łączy się paradoksalne poczucie winy za to, że się samemu żyje. Zjawisko to został opisane na podstawie rozmów z ludźmi, którzy przeżyli bombardowanie Hiroszimy. Masowa śmierć bliskich dla badanych była zupełnym zaskoczeniem. Dokonała się wtedy tak krańcowa konfrontacja ze śmiercią, że unieruchomiła działanie wszelkich mechanizmów obronnych, co wyrażało się w niezdolności do mówienia, przeżywania, apatii, biernej obserwacji wszystkiego, co się dzieje. Mimo znajdowania się w stanie szoku, czyli rzeczywistej niemożności zapobieżenia śmierci ludzie ci twierdzili, że są winni wobec ofiar i stawiali pytanie dlaczego tamci zginęli a oni jeszcze żyją. Na obecnym etapie badań tanatopsychologicznych trudno wyjaśnić jak się łączą ze sobą negacja śmierci i irracjonalne poczucie winy.

### 3.3. Racjonalizacja stosunku do śmierci.

Racjonalizacja jest nieświadomym procesem psychodynamicznym, który polega na nieadekwatnym wyjaśnianiu przyczyn własnego zachowania. W racjonalizacji zachodzi więc zjawisko samooszukiwania, co jest — podobnie jak we wszystkich pozostałych mechanizmach obronnych — nieświadomą próbą ochrony przed lękiem i poczuciem winy.

<sup>72</sup> E. Kübler-Ross, dz. c., 43.

<sup>73</sup> W. G. Niederland, *Diskussionsbeitrag zu E. de Wind: Begegnung mit dem Tod*, „Psyche” 6(1968), 442—446.

<sup>74</sup> Por. J. Wittkowski, dz. c., 139.

Wśród psychologicznych badań zjawiska śmierci spotyka się nader skąpe doniesienia na temat racjonalizacji. Ustalono m. in., że intelektualizacja (jako ospekt racjonalizacji) częściej i wyraźniej ujawnia się u neurotyków niż u zdrowych lub chorych na raka bądź serce oraz, że te osoby, które są bardziej świadome swej skończoności usprawiedliwiają śmierć, a nawet uznają ją za wydarzenie pozytywne<sup>75</sup>.

W podsumowaniu tego, co powiedziano na temat mechanizmów obronnych podkreślić należy, że w postawie wobec śmierci odgrywają one istotną rolę. Wiele kontrowersji wokół działania tych mechanizmów wynika z niewystarczająco precyzyjnie przeprowadzonych badań, które nb. są bardzo trudne z metodologicznego punktu widzenia. Dla niektórych autorów fakt, że nie mówi się zbyt często o śmierci i umieraniu, co nazywają tabuizacją problematyki przemijania człowieka, ma wskazywać na działanie mechanizmów wypierania lub zaprzeczania. Posługując się zasadami grupowego fenomenu „tabu”, które polega na wykluczaniu z interpersonalnej komunikacji określonych spraw, próbuje się dowodzić istnienia tych mechanizmów. To jednak wydaje się dyskusyjne, bowiem istnieniu grupowego tabu nie przeczy fakt myślenia pojedynczych osób na temat objęty zakazem (np. tabu seksualne). W przyszłych badaniach należy więc odróżnić tabu grupowe i jednostkowe, gdyż kierują się one oddzielnymi prawami socjo-psychologicznymi.

#### ZAKOŃCZENIE

Swoistym paradoksem współczesnej psychologii polskiej jest to, że pomija zagadnienia śmierci i umierania, gdy tymczasem powinny one stanowić integralną część badań, przynajmniej w zakresie psychologii rozwojowej. Ten wspomniany wyżej paradoks wiąże się z jednej strony z niezbyt silnie ugruntowanym myśleniem w kategoriach psychologii humanistycznej oraz z drugiej — z egzystencjalnym profilem zagadnienia przemijania, które częstokroć powoduje zakłopotanie i nieporadność w przeprowadzaniu badań na ten temat.

Przedstawiony artykuł jest próbą całościowego spojrzenia na podstawowe wymiary postawy wobec śmierci. Może on również stanowić teoretyczną bazę do konstruowania metod na użytek badań tanatopsychologicznych oraz interpretowania ich wyników.

<sup>75</sup> Tamże, 140.

**DIE EIGENART DER EINSTELLUNGEN ZUM TOD**

(Zusammenfassung)

Der nachstehende Artikel ist ein Studium aus dem Bereich der Tanatopsychologie. Sein Ziel ist die Erklärung der Eigenart der Einstellung gegenüber dem Tod. Die Eigentümlichkeit der Einstellungen dem Tod gegenüber ergibt sich aus seinem Gegenstand (des Todes), der ein sehr kompliziertes und existentiell engagiertes Phänomen ist. Aus diesem Grunde ist die Einstellung der Menschen zum Tod ganz spezifisch; sie weicht von allen anderen Einstellungstypen ab.

Auf dem Gebiet der Psychologie lassen sich viele Unklarheiten beobachten, die in Zusammenhang mit den Einstellungstypen gegenüber dem Tod stehen, wie z. B.: dessen Gleichsetzung mit der Angst. Der Autor schlägt eine integrale Erläuterung und Untersuchung der Einstellungen zum Tod (= der tanatologischen Einstellungen) mit der Berücksichtigung aller seiner Komponenten vor.

Im ersten Teil bespricht er den Erkenntnisaspekt der tanatologischen Einstellung (das Denken an den Tod), indem er zum Schluß kommt, daß die Todesauffassung die folgenden Eigenschaften besitzt: Relativität, Kompliziertheit, Ambivalenz, Mittelbarkeit.

Im zweiten Teil wird die Angst vor dem Tod, deren Ursprünge und Typen besprochen. Die Todesangst ist eine allgemeingültige Erscheinung und ergibt sich — wie das der polnische Philosoph und Psychiater A. Kepiński bemerkt — aus dem Trieb zur Lebenserhaltung.

Dem entgegen, was über dieses Problem in der Fachliteratur vertreten wird, stellt der Autor, aufgrund eigener empirischer Untersuchungen fest, daß die Angst vor dem Tod ein Endergebnis dreier grundsätzlicher Faktoren ist:

- der Angst vor eigenem Tode,
- der Angst vor dem Tod einer nahstehenden Person,
- der Angst vor der allgemeinen Todeserscheinung.

Zum Schluß des Artikels wird im Rahmen der tanatologischen Einstellungen die Anwesenheit solcher Abwehrmechanismen besprochen, wie: Verdrängung, Negation und Rationalisierung.