

ЗВ'ЯЗОК ЩАСТЯ ТА СЕНСУ ЖИТТЯ ІЗ ТРИВОГОЮ СМЕРТІ

THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS
AND THE MEANING OF LIFE WITH DEATH ANXIETY

Тривога смерті є однією із найбільш фундаментальних тривог, що можуть переслідувати людину. Тож постає проблема пошуку ресурсів, які можуть бути протиставлені цій тривозі. Визначено, що одними із таких ресурсів можуть бути сенс життя та відчуття щастя. Вказується, що сама наявність сенсу життя, у концепціях деяких вчених, є важливим компонентом щастя людини. У цілому на сьогоднішній день у світі є достатньо більш-менш сучасних емпіричних досліджень зв'язку страху смерті з сенсом життя та щастям. Відмічається, що в Україні проблема тривоги смерті розглядалася здебільшого лише в теоретичному аспекті. Наше дослідження показало, що ні наявність сенсу життя, ні прагнення відшукати цей сенс ніяк не пов'язано з відчуттям щастя. Не було знайдено значимих кореляційних зв'язків між щастям і тривожністю щодо смерті, окрім позитивного зв'язку наявності сенсу життя з усвідомлення перебігу часу. Тут ми маємо в наявності значиму позитивну кореляцію зі шкалою щастя. Це йде дещо в розріз з отриманими результатами інших вчених, що проводили опитування студентів у інших країнах. Визначено, що наявність сенсу життя корелює з когнітивно-афективною стурбованістю смертю. Крім того, нами була отримана значима негативна кореляція між фактором усвідомлення перебігу часу та пошуком сенсу життя. Цей зв'язок свідчить, що люди, які шукають сенс життя слабше усвідомлюють перебіг часу та його устремління до смерті. Також визначено, що люди, які шукають сенс життя менше тривожаться відносно смерті або, навпаки сильна тривога смерті заважає людині шукати нові сенси, ставити нові цілі тощо. Треба відмітити, що наш результат суттєво відрізняється від результатів отриманих в зарубіжних дослідженнях. Тож можна говорити про наявність культуральних відмінностей у кореляціях між наявністю сенсу життя та тривогою смерті.

Ключові слова: сенс життя, щастя, тривога смерті, культуральні відмінності, юнацький вік.

Death anxiety is a most fundamental anxiety that may chase a person. Correspondingly there arises a problem of looking for resources that can be contraposed to this anxiety. It is determined that the meaning of life and the feeling of happiness can belong to such resources. It is pointed out that in the conceptions of some scientists the very presence of the meaning of life is an important component of human happiness. In general there is a sufficient number of more or less modern empirical investigations of the connection of death anxiety with the meaning of life and happiness. It is noted that in Ukraine the problem of death anxiety is mainly treated merely in its theoretical aspect. Our investigation demonstrates that neither the meaning of life presence nor the aspiration to find this meaning are not in any way connected with the feeling of happiness. No considerable correlation was found between happiness and death anxiety with the exception of positive connection between meaning of life presence and the awareness of time flow. Here we observe considerable positive correlation with the happiness scale. To a certain extent these results contradict the results of other scientists, which conducted the survey of students in other countries. It is determined that the meaning of life presence correlate with cognitive-affective death anxiety. In addition we observed considerable negative correlation between the factor of time flow awareness and the search for the meaning of life. This connection indicates that people, who search for the meaning of life, are less aware of time flow and of its striving towards death. It is also determined that people who search for the meaning of life are less anxious about death or, vice versa, strong death anxiety hinders person's search of new meanings, setting of new goals etc. It should be noted that our results are essentially different from the results of foreign investigations. So it is possible to state the presence of cultural differences in the correlation between the meaning of life presence and death anxiety.

Key words: the meaning of life, happiness, death anxiety, cultural differences, youth.

УДК 159.928.234
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.40.10>

Степура Є. В.

к. психол. н.,
науковий співробітник
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії
педагогічних наук України

Постановка проблеми. Кожна людина у своєму житті рано чи пізно стикається із смертю. Тривога смерті є однією із найбільш фундаментальних тривог, що можуть переслідувати людину, оскільки вона відображає пряму загрозу нашому буттю. Іншою базовою тривогою є відчуття беззмістовності існування, яке напряму загрожує нашому духовному існуванню [9]. Як вказував В. Франкл, у кожної людини є потреба в сенсі життя, і саме цей сенс допомагає їй переносити всі тяготи життєвої ситуації, у якій вона опинилась, що особливо актуально під час перебування в екстремальних умовах життєдіяльності [10]. Взагалі смерть є не тільки загрозою нашого фізичного

існування, вона також відбирає у нас цінності та сенси, які є справжньою основою нашого буття. Ірвін Ялом в слід за Фрідріхом Ніцше, вказує, що остаточна реалізація людиною своєї життєвої місії позбавляє її страху перед смертю [13]. Навіть якщо відволіктись від дещо пафосної філософії, буде закономірно припустити наявність зв'язків між тривогою смерті та сенсом особистості. Взагалі, у процесі життєдіяльності людина завжди повинна долати різні види тривог, реалізуючи свої життєві цілі. Тривога смерті та беззмістовності існування є одними із основних таких тривог [6]. Тривога смерті може лежати в основі різних як наших повсякденних турбувань та страхів, так і різних

психічних розладів (тривожні розлади, фобії, обсесивно-компульсивний розлад тощо) [13]. Перехід тривоги смерті в інший емоційний процес часто має місце, коли людина пережила близький контакт зі смертю, що є актуальним для багатьох людей у нашій країні. То ж постає проблема пошуку способів зменшення рівня тривоги смерті, що були б релевантними нашій культурі. З іншої сторони близька зустріч зі смертю може вивести життя людини на новий рівень, зробивши його більш змістовним [13]. У світі уже розроблюються спеціальні програми підготовки до зустрічі зі смертю, що, як свідчать деякі дослідження, зменшують тривогу смерті і підвищують рівень відчуття сенсу життя учасників цих програм [21].

Треба відмітити, що сама наявність сенсу життя, у концепціях деяких вчених, є важливим компонентом щастя людини [2]. Інші автори зазначають, що сенс життя може бути посередником між релігійністю та психологічним здоров'ям, які знаходяться серед факторів, що визначають загальну задоволеність життям [4]. У будь-якому випадку відчуття щастя й реалізація сенсу життя повинні бути двома сторонами одного процесу самореалізації особистості, нехай щастя і виступає як побічний продукт реалізації сенсів, як вказував В. Франкл [10]. Крім того, варто згадати класичні роботи М. Чіксентміхаї про стан потоку як невід'ємного компоненту реалізації важливих для людини цілей та сенсів [11].

У цілому на сьогоднішній день у світі є достатньо більш-менш сучасних емпіричних досліджень зв'язку страху смерті зі сенсом життя та щастям. Ми маємо дослідження зв'язку страху смерті та щастя на вибірках студентів [14; 17]. Те ж саме відноситься й до сенсу життя [16; 19]. Але треба відмітити, що в Україні проблема тривоги смерті розглядалася здебільшого лише в теоретичному аспекті (Приклад [8]). Усе вище зазначене робить актуальними емпіричні дослідження подібні до нашого, оскільки не завжди можна перенести результати зарубіжних досліджень у реалію нашої культури.

Метою нашої статті є викладення результатів емпіричного дослідження зв'язку щастя та сенсу життя з тривогою смерті на вітчизняній вибірці, а також деякий аналіз зазначених результатів.

Процедура і методи дослідження. Вибірка складалася з 109 студентів різних факультетів Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», а також студентів факультету психології та соціальної роботи Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя (96 для шкали Фордіса, що пов'язано з недоліками в заповненні цієї шкали). Вік досліджуваних складав 18-23 роки. Гендерний фактор до

уваги не брався, але більшість досліджуваних (67%) становили жінки. Дослідження проводилося до початку війни.

Використовувались такі методи.

Шкала щастя Фордіса, яка складається з двох питань:

1. «Загалом наскільки щасливим чи нещасним ви себе відчуваєте?» Пропонуються варіанти відповіді від «надзвичайно щасливим» (узахваті, відчуваю радість, відчуваюся чудово), за що нараховується 10 балів, до «абсолютно нещасних» (вкрай пригнічених, в абсолютному сумі), що дає 1 бал.

2. «У середньому, яку частину часу у відсотках ви відчуваєте себе щасливим (або нещасним, або в нейтральному стані)?»

Друге питання нами в дослідженні не використовувалося через некоректні відповіді респондентів.

Для виміру рівня тривоги смерті нами була використана «Шкала тривожності щодо смерті Д. Темплера». Треба відмітити, що численні дослідження свідчать, що дана методика відзначається достатньо високим рівнем надійності та валідності [15]. Вона складається з 15 питань, на які досліджувані повинні дати відповідь: так або ні. Крім того, в структурі цієї методики можна виділити 4 незалежних фактори, які, в принципі, можуть розглядатися як певні самостійні її субшкали, з яких складається основна методика, оскільки саме за даними факторами, а не за самою шкалою тривожності щодо смерті часто можна виявити відмінності між респондентами [3]. Перерахуємо ці фактори: 1. Фактор когнітивно-афективної стурбованості смертю. 2. Фактор стурбованості фізичними змінами. 3. Фактор усвідомлення перебігу часу. 4. Фактор занепокоєння болем та стресом. Хоча треба відмітити, що в більшості сучасних дослідженнях відмінності між респондентами по даним факторам не розглядаються, використовується лише цілісна шкала Д. Темплера.

Також нами застосовувався «Опитувальник сенсу життя» для дослідження рівня змістовності життя особистості. Цей опитувальник спрямований на визначення двох вимірів сенсу життя: наявність сенсу (чи вважає людина, що її життя має сенс) та пошук сенсу (наскільки людина мотивована на розуміння сенсу свого життя) [6]. Досліджувані оцінюють кожне із запропонованих 10 тверджень за 7-бальною шкалою від 1 (Абсолютно згоден) до 7 (Абсолютно незгоден) [4].

Для вивчення кількісної міри зв'язків між даними нами було використано коефіцієнт кореляції Спірмена. Також ми застосували аналіз множинної регресії для дослідження передбачувальної сили цих зв'язків. Значимими вважалися результати на рівні $p < 0,05$. Для статистичного аналізу отриманих даних використовувалась програма «IBM SPSS Statistics 23 for Windows».

Виклад основного матеріалу дослідження. Зразу відмітимо, що ми не знайшли значимих кореляцій між шкалою щастя Фордіса та шкалами опитувальника сенсу життя. Наше дослідження показало, що ні наявність сенсу життя, ні прагнення відшукати цей сенс ніяк не пов'язано з відчуттям щастя. І навпаки, відчуття щастя не впливає на наявність сенсу життя і прагнення людини знайти цей сенс. Відмітимо, що вихідний постулат В. Франкла і передбачав, що відчуття щастя та насолоди, саме по собі, не робить життя людини більш змістовним. Якщо точно передавати позицію Франкла, то він вказував, що відчуття щастя може бути лише побічним продуктом реалізації сенсу [10]. Як ми можемо бачити, ці постулати йдуть дещо урозріз із результатами нашого дослідження. Тут можна виділити декілька можливих причин. Зразу треба відмітити обмеженість нашої вибірки у кількісному плані, тому ми повинні обережно ставитись до цих результатів з точки зору статистичної теорії (див. про це [5]). Підсумовуючи, скажемо, що всі наші результати носять попередній характер і потребують відтворення на більш великій вибірці. Крім того, завжди треба враховувати віковий та гендерний склад вибірки, а також соціально-економічний статус респондентів. Цілком можливо, що відчуття щастя може корелювати з наявністю сенсу життя у якійсь із вище перерахованих груп респондентів, що потребує подальших досліджень. Це ж, звичайно, стосується й інших параметрів, що будуть розглядатися далі. Говорячи про зв'язок сенсу життя та відчуття щастя, треба відмітити, що він може мати лише ситуативний характер. Приміром, такий різновид щастя, як стан потоку, виникає лише під час сильної концентрації на діяльності, яка пов'язана зі сенсом життя та цінностями людини [11].

Треба відмітити, що наявність сенсу життя корелює задоволеністю життям у дослідженні, проведеному на індійській вибірці [19]. Тому можна висловити гіпотезу про наявність культуральних відмінностей у цьому питанні.

Загалом же, наші методики просто можуть бути недостатньо чутливими, щоб відобразити психологічну реальність, яка проявляється лише в ситуативних переживаннях людини, а не в загальних оцінках того чи іншого психічного параметру. Проблема нечутливості стандартизованих психологічних методик до переживань та індивідуального життєвого досвіду особи є типовою для досліджень, що стосуються екзистенційної проблематики [13]. І, на жаль, на даний момент вона не має свого остаточного вирішення.

У цілому нами не було знайдено значимих кореляційних зв'язків між шкалою щастя Фордіса та шкалою тривожності щодо смерті Темплера, що йде у розріз з отриманими результа-

тами інших вчених, які проводили опитування студентів в інших країнах. У тих дослідженнях було виявлено, що високе суб'єктивне благополуччя в студентів асоціюється з помірною тривогою смерті [17]. Хоча в інших дослідженнях були отримані в цілому подібні до наших результати, які дозволили дослідникам стверджувати, що щастя та страх смерті являють собою два окремі фактори [14]. Треба відмітити, що ці результати можуть відображувати лише вікові особливості зв'язку між цими двома факторами, оскільки є дослідження, що свідчать про сильну негативну кореляцію між задоволеністю життям та страхом смерті у старшому віці [18; 20].

Також нами не було виявлено кореляцій між шкалою Фордіса та субшкалами шкали Темплера, окрім субшкали усвідомлення перебігу часу. Тут ми маємо в наявності значиму позитивну кореляцію зі шкалою щастя ($r = 0.25$, $p < 0.05$). Треба відмітити, що субшкала усвідомлення перебігу часу складається із двох тверджень: «Я часто засмучуюсь від того, що час летить так швидко» та «Я часто думаю про те, як насправді коротке життя». Як ми бачимо ці питання відображають відчуття плинності життя та його устремління до неминучої смерті, а також негативні емоційні переживання, які пов'язані із зазначеними відчуттями. Передбачається, що наявність відчуття скороминучості життя та неухильне наближення смерті повинно підсилити тривогу людини перед цією самою смертю. Також треба відмітити, що кореляційний аналіз загалом не дає відповіді про причинно-наслідкові зв'язки між явищами, відображаючи лише статистичну пов'язаність феноменів, що розглядаються. Тож тут ми можемо мати справу з одним із варіантів загальної тенденції до відчуття прискорення плину часу, яка виникає при сильних позитивних емоціях. Згадку про цю тенденцію можна знайти ще в класичній праці С. Л. Рубінштейна в розділі, присвяченому відчуттю часу [7]. Про феномен прискорення часу писав і М. Чиксентміхаї, коли вказував на характеристики стану потоку – одного із найбільш сильних різновидів позитивних емоційних переживань [11]. Тож ми приходимо до дещо парадоксального висновку: сильні позитивні емоції можуть сприяти виникненню відчуття скороминучості життя й підсилювати тривогу смерті. Правда, інший варіант інтерпретації отриманої кореляції виглядає ще більш дивним. Відчуття плинності життя сприяє щастю людини. Треба відмітити, що у людей похилого віку, коли найбільше відчувається плинність часу, спостерігається більший рівень щастя у порівнянні з іншими віковими категоріями [1]. Але ми, звичайно, не можемо переносити результати людей похилого віку на наших респондентів, які є представниками значно молодшої вікової категорії. Можливо, відчуття

щастя та плинності часу мають певну спільну нейрофізіологічну основу, яка не залежить від віку людини. У всякому випадку отримані нами результати заслуговують на певну рефлексію та подальші емпіричні дослідження.

У таблиці 1 представлені статистично значимі кореляції між «Шкалою тривожності щодо смерті Д. Темплера» з її субшкалами та шкалами «Опитувальника сенсу життя». Як ми можемо бачити, кореляційні зв'язки не характеризуються розгалуженістю, що де в чому протирічить концепціям екзистенційної психології про роль сенсу як засобу протидії тривозі смерті [10] [13]. Скоріше, у повсякденності сенс життя та емоційна сфера особистості в цьому плані існують паралельно, хоча отримані нами результати протирічать аналогічному дослідженню на індійській вибірці. Там, у вибірці молодих людей, була продемонстрована негативна кореляція між наявністю сенсу життя та страхом смерті [19]. Можливо, існують якісь культуральні відмінності між цими показниками, що потребує додаткових досліджень.

Втім, у нашому дослідженні наявність сенсу життя корелює з когнітивно-афективною стурбованістю смертю ($r = 0.23, p < 0.05$). Ми можемо сказати, що люди з наявним конкретизованим сенсом життя повинні чіткіше усвідомлювати власну смертність та мають виразнішу тривожну реакцію на неї, хоча сама кореляція є доволі слабкою. Як ми уже зазначили раніше, наші результати не носять остаточний характер і потребують додаткових досліджень на більшій вибірці. Але якщо припустити, що ці результати є вірними, то їх можна пояснити усвідомленням тотальності смерті, яка забирає не тільки життя людини, але й її сенси, цілі та устремління. Людина боїться втратити все, що їй дорого і це, у свою чергу, ще більше посилює страх смерті. З іншої сторони, страх смерті може посилювати відчуття сенсу життя, оскільки дозволяє відкинути різні нашарування, не критично взяті у соціума, і віднайти те, що дійсно є важливим для особистості. У всякому випадку, це твердження ніяк не протирічить емпіричним спостереженням про

зміну ціннісних пріоритетів та про перебування в більш змістовному модусі існування людей, які пережили зустріч зі смертю.

Крім того, нами була отримана значима негативна кореляція між фактором усвідомлення перебігу часу та субшкалою «Пошук сенсу» опитувальника сенсу життя ($r = -0.27, p < 0.01$). Цей зв'язок свідчить, що люди, які шукають сенс життя слабше усвідомлюють перебіг часу та його устремління до смерті. Можливо, це пояснюється відчуттям нудьги, що пов'язана з відсутністю чітких цілей та сенсу життя, і яка примушує людину шукати останній [11]. В цьому стані час може тягнутися безкінечно довго [7]. Людина сконцентрована на досить недалекому проміжку часу, який намагається зараз змінити в сторону більшої змістовності, тому вона не дуже задумується про смерть, яка чекає на неї в майбутньому. Можлива й інша інтерпретація цього результату. Ймовірно, людина, усвідомлюючи нестримний перебіг часу, що веде до неминучої смерті, відмовляється від пошуку нових сенсів, цілей, а повністю концентрується на реалізації уже наявних, якими недосконалыми вони б не були.

Відносно цілісної шкали тривоги щодо смерті Д. Темплера, то нами отримана лише одна значима кореляція з опитувальником сенсу життя. Це негативний зв'язок шкали Д. Темплера з субшкалою «Пошук сенсу» вказаного опитувальника ($r = -0.22, p < 0.05$). Люди, які шукають сенс життя, менше тривожаться відносно смерті або, навпаки, сильна тривога смерті заважає людині шукати нові сенси, ставити нові цілі тощо. Останнє цілком вписується в концепцію життестійкості С. Мадді, згідно з якою людина повинна долати екзистенційну тривогу для реалізації своїх дійсних устремлінь [6]. Відмітимо, що тільки долаючи різні страхи та тривоги (страх смерті, страх невдачі, страх відчуженості та самотності тощо), людина може знайти та реалізувати сенс життя. Можливо, що саме зниження різних видів тривог, у тому числі й тривоги смерті, дозволяє людині замислитись над сенсом життя, своїми дійсними цілями і почати їх пошук та реалізацію.

Таблиця 1

Значущі коефіцієнти кореляції між субшкалами «Шкали тривожності щодо смерті Д. Темплера» та шкалами «Опитувальника сенсу життя»

	Шкала тривоги щодо смерті Д. Темплера									
	Фактор когнітивно-афективної стурбованості смертю		Фактор стурбованості фізичними змінами		Фактор усвідомлення перебігу часу		Фактор занепокоєння болем та стресом		Загальний показник тривоги смерті	
Опитувальник сенсу життя	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Наявність сенсу	0.23	0.05								
Пошук сенсу					-0.27	0.01			-0.22	0.05

Треба відмітити, що наш результат суттєво відрізняється від кореляцій між цими методиками отриманими в зарубіжних дослідженнях. Так, на індійській вибірці була отримана значима кореляція між вказаними методиками, але з протилежним знаком відносно нашого результату. Там шкала Д. Темплера позитивно корелює з субшкалою «Пошук сенсу» опитувальника сенсу життя [19]. Тож ми маємо культуральні відмінності у взаємовідносинах тривоги смерті з сенсом життя. Як можливу гіпотезу, що пояснює отримані результати, можна розглядати вплив більшої традиційності індійського суспільства у порівнянні з українським. Пошук сенсу життя означає відхід від ролей, які задані суспільством, певний розрив відносин із ним, що призводить до певної самотності та відчуженості людини, що веде до зростання страху смерті, оскільки відносини між людьми можуть бути одним із факторів, який зменшує тривогу смерті [12]. У рамках же українського суспільства пошук сенсу життя в юнацькому віці не передбачає якогось розриву із соціумом, а розглядається як щось закономірне для зазначеного віку. Втім, це тільки гіпотеза, яка потребує своєї перевірки.

Висновки з проведеного дослідження.

Наше дослідження продемонструвало неоднозначність зв'язків між сенсом життя, щастям та страхом смерті, що вказує на необхідність подальших емпіричних досліджень у цьому напрямку, а також їх теоретичного осмислення. Цікавими є відносини між наявністю сенсу життя та щастям. Постає питання умов відповідності певних теоретичних концепцій, що постулюють наявність сенсу життя важливим компонентом щастя, емпіричній реальності. Чи справді завжди наявність сенсу життя завжди буде асоціюватися зі щастям? Чи це в цілому незалежні психологічні конструкти, які можуть перетинатися лише за певних умов? Яка роль культуральних відмінностей у цьому?

Цікавими є наші результати відносно позитивної кореляції відчуття щастя та відчуттяплинності часу. Звісно, ці результати можуть мати випадковий характер. Але сама по собі є цікавою можливістю переходу сильних позитивних емоцій у бік певної меланхолії та паралельного існування таких дещо протилежних емоцій у свідомості людини. Цей феномен заслуговує на самостійне дослідження з використанням більш адекватних та надійних методів, а також, у разі його підтвердження, на своє теоретичне осмислення.

Наше дослідження показало, що пошук сенсу життя певною мірою протидіє тривозі смерті. З іншої сторони, наявність певного сенсу життя може бути пов'язана з певною стурбованістю смертю. Ці результати дещо протирічать деяким зарубіжним дослідженням. Тому важливо провести аналогічні дослідження на більшій вибірці, щоб відкинути випадковий характер отриманих результатів. У разі ж їх підтвердження ми можемо говорити про наявність культуральних відмінностей у зв'язку між сенсом життя та тривогою смерті. В цілому ж, цікавою видається ідея про активізацію пошуку сенсу життя після зниження різних видів тривоги, в тому числі й тривоги смерті. Вона, безумовно, заслуговує на подальшу розробку в теоретичному плані та емпіричні дослідження.

дження на більшій вибірці, щоб відкинути випадковий характер отриманих результатів. У разі ж їх підтвердження ми можемо говорити про наявність культуральних відмінностей у зв'язку між сенсом життя та тривогою смерті. В цілому ж, цікавою видається ідея про активізацію пошуку сенсу життя після зниження різних видів тривоги, в тому числі й тривоги смерті. Вона, безумовно, заслуговує на подальшу розробку в теоретичному плані та емпіричні дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аргайл М. Психология счастья / пер. с англ. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 272 с.
2. Бен-Шахар Т. Научиться быть счастливым / пер. с англ. Минск : Поппури, 2009. 240 с.
3. Гаврилова Т. А. Страх смерти в подростковом и юношеском возрасте. *Вопросы психологии*. 2004. 6. С. 63–71.
4. Зливков В. Л., Лукомська С. О., Федан О. В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Канеман Д., Словик П., Тверски А. Принятие решений в неопределенности: Правила и предубеждения / пер. с англ. Харьков : Изд-во Институт прикладной психологии «Гуманитарный центр», 2005. 632 с.
6. Мадди С. Смыслообразование в процессе принятия решений. *Психологический журнал*. 6(26), 2005. С. 87–101.
7. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 713 с.
8. Турбан В. В. Страх смерти як етична проблема. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. 6. С. 28–30.
9. Тиллих П. Мужество быть / пер. с англ. Москва : Модерн, 2011. 240 с.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / пер. с англ. и нем. Москва : Прогресс, 1990. 368 с.
11. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / пер. с англ. Москва : Альпина Паблишер, 2018. 461 с.
12. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / пер. с англ. Москва : Эксмо, 2010. 352 с.
13. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия / пер. с англ. Москва : Независимая фирма «Класс», 2005. 576 с.
14. Abdel-Khalek A. M. Happiness and death distress: Two separate factors. *Death studies*. 2005. 29(10). P. 949–958.
15. Abdel-Khalek A., Neimeyer R. A. Death anxiety scale. *Encyclopedia of personality and individual differences*. New York : Springer International Publishing, 2017. P. 1–4.
16. Çakar, F. S. The levels predicting the death anxiety of loneliness and meaning in life in youth. *European Journal of Education Studies*. 2020. 11(6). P. 97–121.
17. Colomo Magaña, E., Gabarda Méndez, V., Cívico Ariza, A., Cuevas Monzonís, N. Death Anxiety and Happiness in the Primary Education Degree's Students

of the University of Malaga. *REMIE-Multidisciplinary Journal of Educational Research*. 2021. 11(1). P. 49–76.

18. Kang, T. K. Life satisfaction as a correlate of death anxiety among elderly. *Indian Journal of Health and Wellbeing*. 2013. 4(1). P. 121–124.

19. Latha, K. S., Sahana, M., Mariella, D., Subbannayya, K., Asha, K. Factors related to life satisfaction, meaning of life, religiosity and death anxiety in health care staff and students: A cross sectional study from India. *Online Journal of Health and Allied Sciences*.

2013. 12(2). URL: <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.651.3911&rep=rep1&type=pdf> (дата звернення: 18.08.2022).

20. Roshani, K. Relationship between religious beliefs and life satisfaction with death anxiety in the elderly. *Annals of Biological Research*. 2012. 3(9). P. 4400–4405.

21. Yoon, M. O. The effects of a death preparing education program on death anxiety, spiritual well-being, and meaning of life in adults. *Journal of Korean Academy of Community Health Nursing*. 2009. 20(4). P. 513–521.