

# Осознание смерти?!

**Смерть** — такое же великое событие, как и рождение.

А подготовка к ней, умирание, — такая же полноценная часть бытия, как и детство. Нет второстепенных, не важных этапов жизни, каждый этап богат по-своему. **С биологической точки зрения смерть** — это прекращение работы всех внутренних органов.

**А с психологической точки зрения смерть** — это полное отключение сознания и уход в неведомый мир.



## Стадия поздняя зрелость (Э.Эриксон)

**Восьмая стадия – новая завершенная форма эгоидентичности – целостность: переживание мирового порядка и духовного смысла жизни (65 лет – смерть).**

**На заключительном этапе своей жизни люди ретроспективно просматривают свою жизнь, по-новому оценивают её.**

**Целостность – чувство завершенности жизненного пути, осуществления планов и целей, полноты и целостности.**

**Мудрость – это осознание безусловного значения самой жизни перед лицом самой смерти.**

**Благоприятное разрешение конфликта –Мудрость.**



# Стадии принятия смерти (Э. Кюблер – Росс)



Элизабет Кюблер - Росс (1926 – 2004г.г.) - американский психолог швейцарского происхождения, создательница концепции психологической помощи умирающим больным.

На психологическом уровне процесс принятия смерти по мнению ученого, можно представить из 5 этапов.



# Первый этап

**Реакция отрицания** возможности близкой смерти. Человек не признает возможности близкой смерти – «этого не может быть...». Отрицание может сочетаться с предчувствием истинного положения или даже с полным осознанием неизбежности конца.



## Второй этап

**Гнев, напряженность, возмущение.** Реакция гнева и возмущения. Человек возмущен: «Почему именно мне это выпало на долю? За что?». Он начинает активно бороться с состоянием, болезнью.



# Третий этап

## «Сделка с жизнью»

Человек обращается к Богу с различными просьбами, желаниями; может давать себе различные «зароки», обеты, обещания. Человек пытается «договориться» с жизнью, высшими силами, обращается к Богу. Он дает обещания, клятвы, которые обязуется исполнить, если выздоровеет или дольше проживет.



## Четвертый этап

Апатия. Она может проявляться в виде депрессии, ощущения своей вины, самобичевания.



## Пятый этап

**Смирение**, принятие безвыходности своего положения, желание смерти как избавления от мучений, как отдых, покой. Принятие факта умирания, Это не состояние счастья, но несчастья здесь тоже нет.

**По сути, это его победа.**



# Шестой этап

## Возвращение к жизни, возвращение человеческого достоинства.



# Страх смерти

**Страх смерти основан на потребности в самосохранении (инстинкте самосохранения).**

Считается, что здорового человека мысли о смерти не занимают, он занят проблемами повседневной жизни. Если мысль о смерти становится навязчивой, постоянной, занимает все внимание человека, то это может быть проявлением какого-то патологического процесса в его организме.

С возрастом люди все чаще задумываются о смерти как конце своей жизни. В старости люди чувствуют более близкой.



