

Когнитивные науки в информационном обществе / Cognitive Sciences in the Information Society <https://knio.ru/>

2026, Том 6, № 1 / 2026, Vol. 6, Iss. 1 <https://knio.ru/issue-1-2026.html>

URL статьи: <https://knio.ru/PDF/05KN126.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

Ссылка для цитирования этой статьи:

Кутергина, И. Г. Феномен идентификации с утраченным близким как форма психологического замещения / И. Г. Кутергина, А. В. Горева // Когнитивные науки в информационном обществе. — 2026. — Том 6. — № 1. —

URL: <https://knio.ru/PDF/05KN126.pdf>.

For citation:

Kutergina I.G., Goreva A.V. The phenomenon of identification with a lost loved one as a form of psychological replacement. *Cognitive Sciences in the Information Society*. 2026;6(1): 05KN126. Available at:

<https://knio.ru/PDF/05KN126.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.9.07

Кутергина Инга Григорьевна

ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения», Москва, Россия
Заведующий кафедрой «Психологии труда и психологического консультирования»

Кандидат психологических наук

E-mail: ig.kutergina@guppros.ru

Горева Анна Владиславовна

ФГАОУ ВО «Государственный университет просвещения», Москва, Россия

E-mail: syrova.anna888@mail.ru

Феномен идентификации с утраченным близким как форма психологического замещения

Аннотация. В статье представлены результаты эмпирического исследования феномена идентификации с утраченным близким как формы психологического замещения. Полученные результаты в данном эмпирическом исследовании подтверждают теоретические основы феномена идентификации, а также интроспекции в работе З. Фрейда «Печаль и меланхолия», где З. Фрейд подробно описал процесс «внедрения» черт умершего близкого человека в структуру личности горящего, который может выступать как защитный, так и адаптивный механизм в процессе переживания горя. В данном исследовании приняли участие 20 респондентов, 11 женщин и 9 мужчин, которые пережили утрату близкого человека, а методом исследования выступало анонимное анкетирование для сбора данных на основе Шкалы Лайкерта. Вопросы из анкеты включали пять сфер проявления феномена идентификации — совпадение интересов и хобби, идентичные ценностные ориентации, перенимание поведенческих привычек, принятие решений «как поступил бы умерший близкий человек», а также ощущение «жизни за двоих», всего в анкете 26 вопросов. Актуальностью исследования является недостаточная осведомленность феномена идентификации («жизни за двоих»), где главным фактором выступает переживание горя и внедрение в свою личность те или иные аспекты личности умершего близкого человека. Цель исследования заключалась в выявлении и подтверждении феномена идентификации с утраченным близким, а также определении его распространённости и ключевом месте в процессе переживания горя. Результаты исследования показали, что феномен идентификации как форма психологического замещения подтвердился у 65 % респондентов. Наиболее распространёнными сферами в данном феномене выступили перенимание поведенческих привычек (65 %), а также принятие решений «как поступил бы умерший близкий человек» (60 %). Менее выражен феномен в сфере интересов и хобби (15 %). Анализ обратных вопросов в анкете показал, что 65 % респондентов считают феномен

идентификации способом сохранить связь с умершим близким, 50 % респондентов видят в этом обогащение своей личности, однако только 5 % респондентов считают, что идентификация мешает их жизни. В рамках проведения данного эмпирического исследования делается вывод, что идентификация с утраченным близким как форма психологического замещения является распространённым механизмом переживания утраты в процессе горевания. Результаты исследования в дальнейшем могут быть использованы в практике проведения психологического консультирования по работе с горем и последующей адаптации.

Ключевые слова: танатопсихология; психологическое замещение; горе; утрата близкого человека; психологическое консультирование; идентификация; осложнённое горе; адаптация

Переживание утраты близкого человека является одним из наиболее сложных психологических явлений в жизни человека. Современные исследования в области психологии горя и танатопсихологии выделяют множество методов по положительному выходу из состояния горевания [1; 2]. Однако особым интересом выступает феномен идентификации — состояние «жизни за двоих», при котором человек, переживающий горе, начинает перенимать интересы, хобби, взгляды, привычки и жизненные интересы из личности умершего близкого человека, а также принимать те или иные решения, опираясь на прошлые решения утраченного. В данном исследовании феномен идентификации — это форма психологического замещения, при котором происходит интроекция, а именно внутреннее присвоение черт и характеристик утраченного близкого человека.

Несмотря на исследование многих аспектов процесса переживания горя, феномен идентификации остаётся недостаточно изученным, так как множество исследований о переживании горя не выделяют идентификацию как отдельный и сложный механизм в процессе адаптации переживания утраты.

Цель исследования — выявить и подтвердить феномен идентификации с утраченным близким, а также определить его распространённости и ключевом месте в процессе переживания горя.

Гипотеза исследования. Феномен идентификации с утраченным близким как форма психологического замещения является значимым и распространённым механизмом в процессе переживания горя и утраты, а не единичным психологическим случаем.

В исследовании приняли участие 20 респондентов — 11 женщин и 9 мужчин. Возраст респондентов — 18–30 лет (7 человек) и старше 30 лет (13 человек).

В качестве метода исследования выступает «Шкала идентификации с утраченным близким» на основе Шкалы Лайкерта. Шкала полностью анонимна для респондентов и проводилась с помощью платформы «Яндекс Формы». Для ответов использовалась шкала Лайкерта, от 1 до 5, где 4 и 5 — это убедительные ответы, которые могут свидетельствовать о наличии феномена идентификации.

Шкала включает 26 вопросов, которые структурированы данным способом:

1. Вопросы 1–6 — контекстуальные вопросы, уточняющие пол, возраст, характер утраты и степень отношений с утраченным близким человеком.
2. Вопросы 7–20 — индикаторы феномена идентификации, включающие аспекты совпадений интересов и хобби, поведенческих привычек, принятия решений и ощущения «жизни за двоих».
3. Вопросы 21–26 — оценочные (обратные) вопросы, уточняющие адаптацию и отношение к феномену, а именно вину, тревогу, а также оценку полезности или вреда.

Результаты проведённого анкетирования «Шкала идентификации с утраченным близким» показали, что исследуемый феномен подтвердился у 13 респондентов из 20, а именно у 65 % опрошенных. 3 человека (15 %) не обнаруживают данного феномена у себя во всех пяти сферах.

В таблице 1 представлены результаты встречаемости феномена идентификации с утраченным близким в различных сферах жизни.

Таблица 1

Встречаемость феномена идентификации с утраченным близким

Сфера проявления идентификации	Количество респондентов	% от числа респондентов
Совпадение интересов и хобби	3	15 %
Совпадение ценностных ориентаций	4	20 %
Перенимание поведенческих привычек	13	65 %
Принятие решений «как поступил бы умерший близкий человек»	12	60 %
Ощущение «жизни за двоих»	10	50 %

Составлено авторами

По результатам данного эмпирического исследования делается вывод, что наиболее распространённой сферой является перенимание поведенческих привычек (65 %). Большинство респондентов перенимают жесты, поведенческие реакции, повседневные привычки, манеру говорить, а также эмоциональные реакции утраченного близкого человека. Второй по результатам распространённой сферой является принятие решений «как поступил бы умерший близкий человек» — 60 % от числа респондентов. Большая часть опрошенных принимают те или иные важные решения, мысленно советуясь с утраченным близким, что может трактоваться как ориентировкой на его выборы при жизни.

По результатам исследования наименее распространённой сферой является совпадение хобби и интересов — 15 %. 3 из 20 респондентов начали интересоваться и увлекаться тем же, чем увлекался умерший близкий. Данный результат указывает на то, что совпадение хобби и интересов — это сложная и глубокая сфера, которая связана с собственной идентичностью, и может трудно поддаваться данному виду психологического замещения.

В результате проведённого эмпирического исследования ощущение «жизни за двоих» находится в усреднённой позиции — 50 % от числа респондентов. Это указывает на то, что каждый второй респондент в той или иной мере живёт не только свою жизнь, но и за умершего близкого человека.

Для того, чтобы более глубоко структурировать понимание феномена идентификации, был проведён анализ отдельных аспектов в вопросах про перенимание поведенческих привычек, который представлен в таблице 2.

Таблица 2

Частота убедительных ответов в сфере поведенческих привычек

Содержание вопросов	% от числа респондентов
«Совершаю привычные жесты или движения умершего близкого человека»	20 %
«Говорю его/её словами или фразами»	60 %
«Перенял(а) повседневные привычки»	30 %
«Моё отношение к другим напоминает его/её отношение»	35 %
«Эмоциональные реакции похожи на него/неё»	50 %

Составлено авторами

Исходя из таблицы 2, наиболее частым проявлением феномена идентификации является речевые аспекты (60 %) и эмоциональные реакции (50 %). Реже встречаются жесты и движения —

20 %. Данный результат говорит о том, что жесты и явления — это то, что осознаваемо и контролируемо, а идентификация проявляется в эмоциональных и вербальных реакциях.

Далее был проведён сравнительный анализ двух возрастных групп в таблице 3. Из 20 респондентов — 7 человек от 13 до 30 лет и 13 человек от 30 лет и старше.

Таблица 3

Анализ двух возрастных групп по сферам проявления идентификации

Сфера проявления идентификации	Респонденты 18-30 лет (7 человек)	Респонденты 30+ (13 человек)
Совпадение интересов и хобби	1 (14 %)	2 (15 %)
Совпадение ценностных ориентаций	2 (29 %)	2 (15 %)
Перенимание поведенческих привычек	5 (71 %)	8 (62 %)
Принятие решений «как поступил бы умерший близкий человек»	5 (71 %)	7 (54 %)
Ощущение «жизни за двоих»	4 (57 %)	6 (46 %)

Составлено авторами

Исходя из таблицы 3, феномен идентификации среди респондентов возраста 18–30 лет проявляется более обширно, а именно показатели сфер проявления выше, чем у другой возрастной группы (кроме совпадения хобби и интересов — результаты практически равносильны). Данный результат может объясняться как незавершённость процесса формирования идентичности у группы 18–30 лет. Обращаясь к концепции психосоциального развития по Э. Эриксону, основополагающей задачей данного возрастного этапа является получение идентичности, потому молодые люди могут быть уязвимы в том, чтобы раствориться в образе утраченного близкого человека [3]. В более зрелом возрасте идентичность человека является стабильной, а феномен идентификации проявляется избирательно, по результатам данного исследования он концентрируется на поведенческих привычках (62 %), а не на особенно глубинных аспектах.

Следует отметить, что в обеих возрастных группах поведенческие привычки являются наиболее выраженными, а наименее выраженными является совпадение интересов и хобби. Данный результат может указывать на универсальное проявление феномена идентификации, которое не зависит от возраста.

Далее для оценки адаптивности и отношению к феномену идентификации с утраченным близким человеком был проведён анализ обратных вопросов из анкеты в таблице 4.

Таблица 4

Адаптация и отношение респондентов к феномену идентификации

Содержание вопросов	% от числа респондентов
«Чувствую вину за то, что живу своей жизнью, а он/она нет»	40 %
«Мне кажется странным или тревожным, когда я замечаю в себе черты умершего близкого человека»	15 %
«Я стараюсь сознательно избегать того, чтобы быть похожим(ей) на него/неё»	20 %
«Такое «уподобление» чаще мешает, чем помогает в моей собственной жизни»	5 %
«Перенимая что-то от умершего, я обогащаю свою личность»	50 %
«Это способ чувствовать, что связь с ним/ней не прервана, и это придаёт сил»	65 %

Составлено авторами

Полученные данные, которые представлены в таблице 4, показывают, что большая часть респондентов воспринимают идентификацию как адаптивный механизм в процессе переживания горя. 65 % от числа респондентов считают, что идентификация — это способ почувствовать, что связь с утраченным близким не прервана, и это придаёт им сил жить дальше. 50 % респондентов считают, что перенятия тех или иных аспектов из личности умершего близкого человека, обогащают их собственную личность. 40 % респондентов испытывают вину за то, что

живут своей жизнью, а умерший нет. Чувство вины за собственную жизнь — это сигнал о непроработанном состоянии горевания, где горе чаще входит в состояние осложнённого.

Однако лишь 15 % респондентов считают, что идентификация вызывает тревогу по отношению к перениманию аспектов личности умершего близкого человека. 20 % респондентов сознательно избегает того, чтобы быть похожим на утраченного близкого. 5 % респондентов считают, идентификация мешает из жизни, что является низким результатом, и может свидетельствовать о том, что феномен идентификации — это процесс, при котором горевание по утраченному близкому может проходить менее болезненно для горюющего, так как те или иные «внедрения» черт умершего в собственную жизнь могут помочь быстрее адаптироваться под новые условия жизни.

Полученные результаты в данном эмпирическом исследовании подтверждают ряд концепций. В работе М. Кляйн феномен идентификации развит как адаптивный механизм, и не является только защитным, что подтверждается в рамках проведённого исследования [4]. В теории привязанности Дж. Боулби идентификация и репрезентация утраченного близкого человека является абсолютно нормальной частью в процессе переживания горя и не несёт в себе дезадаптивный характер [5].

Современные исследователи процесса горевания, такие как Р. Неймейер, используют различные стратегии и механизмы по проживанию горя, однако феномен идентификации в рамках тех или иных научных работ остаётся неизученным [6]. Однако проведённое исследование показывает, что 65 % респондентов, переживших горе, считают идентификацию отдельным адаптивным механизмом справления с утратой, что является значимым аспектом для дальнейшего изучения горевания.

В отечественной психологии Ф.Е. Василюк внёс вклад в понимание процесса переживания горя, где горе выступает как особая деятельность, постепенно отдаляющая человека от утраченного близкого, и разделяющая «жизненные миры» [7]. Результаты данного исследования не полностью противоречат работе концепции Ф.Е. Василюка, так как идентификация выступает как то, что придаёт силы жить дальше, а не затормаживает процесс переживания утраты и является препятствием.

В работе «Клиника острого горя» Э. Линдемманн включает чрезмерное подражание умершему в фазу осложнённого горя [8]. Однако полученные результаты в проведённом исследовании могут свидетельствовать о том, что подражание не является патологическим, так как лишь 5 % респондентов считают, что данный феномен мешает их жизни.

Как описывалось ранее, возрастная специфика играет немало важную роль в выявлении идентификации. Согласно концепции Э. Эриксона, молодой возраст служит становлению идентичности человека.¹ Незавершённость процесса становления идентичности делает людей более уязвимыми к «внедрению» в себя черт умершего близкого человека (табл. 3). Более зрелые люди менее подвержены идентификации в процессе переживания горя, так как их личность более стабильна, а изучаемый феномен несёт частичный характер в отдельных аспектах [9].

В работах И. Ялома прослеживается идея о том, что горе может являться неким толчком для развития личностного роста [10]. Данное исследование подтверждает эту идею, так как 50 % респондентов считают, что перенимание и внедрение в себя черт умершего близкого человека — это то, что может обогатить собственную личность.

¹ Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис: учеб. пособие / Э. Эриксон; общ. ред. и предисл. А.В. Толстых; пер. с англ. [Андреева А.Д. и др.]. — 2-е изд. — Москва: Флинта [и др.], 2006. — 341, [1] с.

Проведённое исследование показывает, что 65 % респондентов используют идентификацию как ресурс по становлению собственной личности и нередко адаптивным механизмом в процессе справления с утратой. Феномен идентификации нельзя назвать патологическим, так как по проведённому исследованию делается вывод, что идентификация несёт больше адаптивный характер, чем дезадаптивный (на примере данной выборки). Данное исследование также подтверждает, что феномен идентификации — это не единичный психологический случай, а отдельный механизм, требующий более глубинного изучения, так как большая часть респондентов в той или иной мере испытывают ощущение «жизни за двоих».

Результаты исследования могут быть использованы для изучения различных механизмов справления с горем, а также для глубинного понимания подхода к людям, переживающим утрату близкого человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фрейд З. Печаль и меланхолия / З. Фрейд // Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2007. — С. 215–225.
2. Баканова А.А. Психотерапия горя: история становления и текущая практика в зарубежных исследованиях // Консультативная психология и психотерапия. 2017. Т. 25. № 4. С. 23–41.
3. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. — М.: Флинта, 2006. — 352 с.
4. К. Мелани. Зависть и благодарность. Исслед. бессознат. источников: [Пер. с англ.] / Мелани Кляйн; [Информ. центр психоаналит. культуры Санкт-Петербурга]. — СПб.: Б.С.К., Б. г. (1997). — 94, [1] с.
5. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Джон Боулби; [пер. с англ. В.В. Старовойтова]. — [2-е изд.]. — Москва: Акад. Проект, 2006 (ФГУИПП Вятка). — 238 с.
6. Neimeyer, R.A. (2001). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington, DC: American Psychological Association. 359 с.
7. Василюк Ф.Е. Пережить горе // О человеческом в человеке / под ред. И.Т. Фролова. — М.: Политиздат, 1991. — С. 230—247.
8. Линдемманн Э. Клиника острого горя / Э. Линдемманн // Психология эмоций. — СПб.: Питер, 2007. — С. 259–268.
9. Давлатов, М. Психология горя и горевания / М. Давлатов // Актуальные проблемы общественных наук в современном мире: Материалы международной научно-теоретической конференции посвященной 30-летию государственной независимости Республики Таджикистан и 20-летию образования факультета философии Таджикского национального университета, Душанбе, 27 октября 2021 года. — Душанбе: Таджикский национальный университет, 2021. — С. 78–84. — EDN SJIVO.
10. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом. — М.: Эксмо, 2017. — 352 с.

Kutergina Inga Grigorievna

State University of Education, Moscow, Russia
E-mail: ig.kutergina@guppros.ru

Goreva Anna Vladislavovna

State University of Education, Moscow, Russia
E-mail: syrova.anna888@mail.ru

The phenomenon of identification with a lost loved one as a form of psychological replacement

Abstract. The article presents the results of an empirical study of the phenomenon of identification with a lost loved one as a form of psychological substitution. The results obtained in this empirical study confirm the theoretical foundations of the phenomenon of identification, as well as introjection in the work of Z. Freud's «Sadness and Melancholy», where Z. Freud described in detail the process of «embedding» the features of a deceased loved one into the personality structure of a grieving person, which can act as both a protective and adaptive mechanism in the process of experiencing grief. This study involved 20 respondents, 11 women and 9 men, who had experienced the loss of a loved one, and the research method was an anonymous questionnaire to collect data based on the Likert Scale. The questions from the questionnaire included five areas of manifestation of the phenomenon of identification — the coincidence of interests and hobbies, identical value orientations, adopting behavioral habits, making decisions «how would a deceased loved one act», as well as the feeling of «living for two», a total of 26 questions in the questionnaire. The relevance of the research is the lack of awareness of the phenomenon of identification («life for two»), where the main factor is experiencing grief and introducing certain aspects of the personality of a deceased loved one into one's personality. The purpose of the study was to identify and confirm the phenomenon of identification with a lost loved one, as well as to determine its prevalence and key place in the process of experiencing grief. The results of the study showed that the phenomenon of identification as a form of psychological substitution was confirmed in 65 % of the respondents. The most common areas in this phenomenon were the adoption of behavioral habits (65 %), as well as decision-making «how a deceased loved one would act» (60 %). The phenomenon is less pronounced in the sphere of interests and hobbies (15 %). An analysis of the feedback in the questionnaire showed that 65 % of respondents consider the phenomenon of identification to be a way to keep in touch with a deceased loved one, 50 % of respondents see this as enriching their personality, but only 5 % of respondents believe that identification interferes with their lives. As part of this empirical study, it is concluded that identification with a lost loved one as a form of psychological substitution is a common mechanism for experiencing loss in the process of grieving. The results of the study can later be used in the practice of psychological counseling for dealing with grief and subsequent adaptation.

Keywords: thanatopsychology; psychological substitution; grief; loss of a loved one; psychological counseling; identification; complicated grief; adaptation