

2. Водопьянова, Н.Е. «Психическое выгорание» и качество жизни. Психологические проблемы самореализации личности / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб. : ПИТЕР, 2002. – 197 с.
3. Водопьянова, Н.Е. Синдром «психического выгорания» в коммуникативных профессиях. Психология здоровья / Е.Н. Водопьянова. – СПб. : ПИТЕР, 2008. – 258 с.
4. Водопьянова, Н.Е. Стратегии и модели преодолевающего поведения. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. – СПб. : ПИТЕР, 2001. – 243 с.

Шерякова Т.Д., магистрант
tatanaserakova@gmail.com

ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

УДК 159.9

ОТНОШЕНИЕ К СМЕРТИ У ЛИЦ С ТРЕВОЖНО-ДЕПРЕССИВНОЙ СИМПТОМАТИКОЙ И ЛИЦ, СТРАДАЮЩИХ ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЕМ АЛКОГОЛЕМ

В статье рассматривается отношение к смерти у лиц с тревожно-депрессивной симптоматикой и лиц, злоупотребляющих алкоголем, что представляется актуальной, но редко обсуждаемой темой. Вопрос жизни и смерти является остро стоящим для всех слоев населения, а размышления о смысле своего существования могут влиять на качество жизни.

Ключевые слова: смерть, отношение к смерти, смысл жизни, экзистенциализм, алкоголизм, тревожно-депрессивное расстройство.

ATTITUDE TOWARDS DEATH IN PEOPLE WITH ANXIETY-DEPRESSIVE SYMPTOMATICS AND PEOPLE WITH ALCOHOL ABUSE

The article examines attitudes towards death among people with anxiety-depressive symptoms and people who abuse alcohol, which seems to be a relevant, albeit hushed up, topic. The issue of life and death is acute for all segments of the population, and thinking about the meaning of one's existence can influence the quality of life

Key words: death, attitudes to death, meaning of life, existentialism, alcoholism, anxiety and depressive disorders

Введение. Актуальность темы вызвана тем, что отношение к смерти, во все времена является актуальной проблемой, которая волнует все слои населения. Смерть – это, возможно, одна из немногих вещей, которая является общей для всех, независимо от того, кем является человек, какое материальное положение и какой у человека возраст. Феномен смерти расценивается как важная детерминанта развития личности человека, где развитие понимается как непрерывный процесс созидания и разрушения, в процессе которого человек сталкивается как с приобретениями, так и с потерями. В связи с этим, рассматривая отношение к смерти у лиц с расстройствами личности, в частности алкоголизма и тревожно депрессивных расстройств, особый акцент ставится на взаимосвязи смысложизненных ориентаций и отношения к смерти.

Материал и методы: Анализ психологической, медицинской литературы по теме исследования. Психодиагностические методы: методика «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев); «Опросник отношения к смерти» (Пол Т.П. Вонг); методы количественного и качественного анализа данных; методы статистической обработки (корреляционный анализ Спирмена).

Результаты и их обсуждение. «Самоосознание – это величайший дар, сокровище, равное самой жизни. Именно оно делает человека человеком. Однако цена его высока – это боль от понимания того, что мы – смертны»[1, с. 15]. Именно во многом благодаря самоосознанию, человек является уникальным существом, которому дан дар

осознать конечность жизни. Однако парадоксально, но зачастую сложно признать, а главное в полной мере принять, конечность своего бытия. В каждом человеке живет, возможно неосознаваемая, идея неповторимости своей личности и своей жизни: «Умрет кто угодно, но только не я», «Именно в моё время будет изобретён «эликсир бессмертия»». Эти и похожие мысли, возможно, посещали каждого человека, что во многом искажает реальность жизни, ведя к совершению фундаментальной ошибки неосознания «единственной возможности прожить жизнь», мысли о том, что не будет ещё одной попытки исполнить все намеченные цели, сказать важные слова близким людям и многое другое. Развивая эту мысль, Хайдеггер как-то назвал смерть «невозможностью дальнейшей возможности»[2], что возможно являлось самым ёмким и правдивым определением «трагедии» существования. Один из древних философов, Эпикур, в своих работах писал, что некоторые люди настолько ненавидят жизнь, что идут на самоубийство, тогда как другие развивают лихорадочную и бесцельную активность, единственный смысл которой – попытка скрыться от экзистенциальной реальности и от ожидающей нас всех судьбы. При таком раскладе чревато попадание в капкан удовлетворения сиюминутных удовольствий, помогающих уйти от жестокой реальности, будь то посредством алкоголя или же другого состояния. Алкоголь, в частности, выступает как паттерн стойкого ухода от реальности, достигаемый посредством изменения психического состояние. Основой возникновения любой аддикции, в том числе и алкогольной, является стремление к изменению психического состояния, которое чем-то дискомфортно для индивидуума[3, с. 21].

У людей, с измененным алкоголем состоянием, сама тематика смерти вызывает бурную реакцию, вызывая отклик в виде воспроизведения различных жизненных историй. У многих людей так же отмечается категорическое избегание, в виде категорического отказа обсуждения тематики смерти. Так же наблюдались случаи полного принятия неминуемой кончины, в эпикурейской манере, без содействия или противодействия грядущему небытию.

Данная специфическая, практически в каждом отдельно взятом случае, реакция на проблематику смерти связана, прежде всего, с особенностями жизненной ситуации и результативности проживания своей жизни данным контингентом граждан, работой механизмов защиты. Неэффективность проживаемой жизни, не дающей возможности самореализации, является основополагающей идеей возникновения алкогольной зависимости, как способа компенсации, попыткой «запить» осознание неудовлетворения от проживания своей жизни и возникающего страха смерти. Подобные доводы также нашли свое отражение в докторской диссертации Шерил Годли, в которой выводится обратная зависимость между удовлетворением от жизни и страхом смерти. Иными словами, чем меньше степень удовлетворения от жизни, тем острее страх смерти. Однако есть и вариант развития алкогольной зависимости на фоне гедонистического образа жизни и сопутствующего ему «стоического», безразличного отношения к смерти.

Исходя из статистических данных, полученных при исследовании лиц с диагнозом алкогольной зависимости, представленных в таблице 1, можно сделать выводы о том, что при потере убеждённости в своих силах и уверенности в контроле собственной жизни, смерть начинает казаться выходом из сложных жизненных ситуаций. При этом присутствует противоречивая тенденция опасаться уйти из жизни так и не успев реализоваться, что, по собственным субъективным наблюдениям, является более актуальным. Данная гипотеза, в какой-то мере, нашла свое отражения в наличии взаимосвязи между низкой результативностью жизни и обострением страха смерти: чем ниже результативность, тем выше страх смерти, страх «уйти, ничего после себя не оставив».

Несмотря на то, что существуют неподвластные субъекту факторы, которые влияют на течение его жизни, такие как эпидемии, техногенные или природные катаклизмы, войны и т.п., для того, чтобы произошло развитие, человек, страдающий ал-

когольной зависимостью, должен преодолеть одно из самых опасных для себя убеждений. Это убеждение: «кто-то виноват, но только не Я». Не только зависимые, но и относительно здоровые люди склонны полагаться на это убеждение, что мешает им воспринимать картину мира более объективно. Пока человек думает, что причина жизненных проблем кроется не в нём, в его жизни не произойдет благоприятных изменений. До тех пор, пока человек будет перекладывать ответственность на других,

Таблица 1 – Сводная таблица корреляционного анализа Спирмена

Шкалы	Осмысленность жизни	Ценность жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус жизни
Приближающие	-,305	-,314	-,233	-,070	-,387
Страх смерти	,198	,008	-,030	,315	,030
Непринятие	,043	,011	,038	,229	,096
Избегающие	-,348	-,213	-,486*	-,098	-,376

*. Корреляция значима на уровне 0,05 (двухсторонняя).

которые якобы плохо с ним обходятся, – это может быть и неудачное замужество, и ужасный начальник, не желающий войти в его положение, дурная наследственность, и непреодолимое давление – он так и останется в состоянии стагнации. Только сам человек ответственен за жизненные ситуации, и только он в силах все изменить. Даже испытывая сильнейшие жизненные ограничения человек волен выбрать, как именно их воспринимать. Этот тезис переплетен с одним из ключевых вопросов экзистенциализма.

Реальность смерти, в идеале, должна побуждать максимально использовать возможности и ценить то, что уже есть, побуждая не только лучше осознавать конечность жизни, но и в полной мере насладиться другими неотъемлемыми частями жизни, приобретая желая и возможности значительно изменить мир. Взять на себя основную задачу человека – построить полноценную жизнь, наполненную не пустой, суетливой псевдоактивностью, которая пригодна лишь для оправдания за потраченное время перед самим собой, но действительным смыслом, деятельностью, основанной на чувстве связанности с людьми и ведущей к самореализации. Однако, принимая реальность неминуемого конца существования, принимается также и всё бремя ответственности за свою жизнь, осознавая и понимая, что эта жизнь является конечной и единственно доступной человеку. Происходит осмысление истины, что все мы смертны и ничего не может длиться вечно. Осознавая это, приходит понимание того, что достаточно большое количество вещей были сделаны в угоду ожиданиям и желаниям других людей. Не стоит уходить и в радикальную ветвь эгоистического солипсизма, необходимо сохранять способность к эмпатии, ведь не обращая внимания на то, что его окружает, человек рискует утратить смысл собственного существования.

Заключение. Представлены сведения об отношении лиц с хронической алкогольной зависимостью к такому жизненному феномену, как смерть, а также о факторах, способствующих развитию деструктивного к ней отношения:

1. Смерть от алкоголя является достаточно распространённым феноменом, что определяет актуальность вопроса об отношении к смерти у лиц с алкогольной аддикцией. Для таких людей алкогольная аддикция является неким уходом от жестокой реальности и нереализованности собственного потенциала. Смерть же является либо избавлением от накопившихся проблем, либо всячески отвергается, когда одна мысль о возможной кончине приводит человека в состояние страха и тревоги.

2. Статистический анализ, проведённый с помощью критерия Спирмена показал, что существует три умеренно-отрицательные связи: локус контроля жизни и при-

ближающие принятие смерти, страх смерти и результативность жизни, избегающие принятие и осмысленностью жизни, избегающие принятие и процесс жизни, избегающие принятие и локусом жизни. Также присутствует одна положительно-умеренная взаимосвязь: страх смерти и результативность жизни.

3. При организации работы на тему восприятия смерти следует учитывать ряд определенных особенностей, таких как: собственная проработка, искренность в работе, признание собственных дилемм в экзистенциальных вопросах. В реализации психокоррекционных программ стоит делать акцент на техниках рефлексии собственного поведения, повышении уровня эмоциональной стабильности, обучении приемам снятия эмоционально-волевого напряжения.

Список использованной литературы:

1. Ялом, И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом. – Москва : Эксмо, 2023. – 384 с.
2. Мэй, Р. Вклад экзистенциальной психотерапии. Экзистенция: новое измерение психиатрии и психологии / Р. Мэй. – М.: Апрель Пресс – Издательство ЭКСМО-Пресс, 2001. – 624 с.
3. Короленко, Ц.П. Аддиктология настольная книга / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Москва: Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига, 2012. – 536 с.
4. Гришина, Н.В. Экзистенциальные проблемы человека как жизненный вызов / В.Н. Гришина // Вестн. С.-Петерб. ун-та. Сер. 12. 2011. – Вып. 4. С. 109–116.
5. Арьес, Ф. Человек перед лицом смерти / Ф. Арьес. – М.: Смысл, 1992. – 351с.

Шмуракова М.Е., доцент, кандидат психологических наук
shmurakova@mail.ru

Совейко Е.И., старший преподаватель
evgeniasoveiko@gmail.com

ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

УДК 159.922.8+159.923.2

К ВОПРОСУ ОБ ИНСТРУМЕНТАЛЬНЫХ ЦЕННОСТЯХ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

В статье рассматриваются результаты исследования ценностных ориентаций студентов вуза, проведенного с помощью методики изучения ценностных ориентаций М. Рокича. В условиях неопределенности как у китайских, так и у белорусских студентов, обучающихся в Беларуси, преобладают конформистские ценности. Китайские студенты ставят на первое место деловые ценности, при этом для белорусских студентов практически равнозначимыми являются деловые, этические ценности и ценности общения.

Ключевые слова: ценности, ценностные ориентации, способ поведения, студенты, неопределенность.

ON THE QUESTION ABOUT INSTRUMENTAL VALUES OF STUDENTS IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

The article discusses the results of a study of value orientations of university students, conducted using the methodology for studying value orientations by M. Rokeach. In conditions of uncertainty, both Chinese and Belarusian students studying in Belarus are dominated by conformist values. Chinese students put business values first, while business, ethical and communication values are almost equally important for Belarusian students.

Key words: values, value orientations, behavior, students, uncertainty.

Введение. В современных условиях, которые можно охарактеризовать как условия неопределенности, господствующие ранее идеи, ценности, нормы, эталоны заменяются новыми, более эффективными, действенными и более подходящими для данного времени [1]. Меняются правила, способы трансляции норм и ценностей, ведущие направления этой трансляции. Обсуждается гипотеза «новой нормальности», под ко-