

Учащиеся парящие по типу «Жажда» имеют уже определенную зависимость, что говорит о необходимости проведения комплекса профилактических мероприятий с несовершеннолетними.

Эти данные позволяют лучше понять мотивации людей, курящих или вейпящих, и могут быть использованы для разработки программ по борьбе с табачной зависимостью и предоставления поддержки тем, кто желает избавиться от этой привычки.

#### **Список использованных источников:**

1. Табакокурение в среде подростков: воздействие на интеллектуальный и репродуктивный потенциал / П.Н. Большакова, С.Н. Черкасов // Проблемы стандартизации в здравоохранении – [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/tabakokurenje-v-srede-podrostkov-vozdeystvie-na-intellektualnyu-i-reproduktivnyu-potentsial> – Дата доступа: 17.10.2024.
2. Давлетшина, Л.А. Актуальные вопросы прикладного исследования вейпинга / Л.А. Давлетшина, М.В. Карманов // Вестник университета, 2022.- № 7. С.165.
3. Brandon T.H., Goniewicz M.L., Hanna N.H. et al. Electronic nicotine delivery systems: a policy statement from the American Association for Cancer Research and the American Society of Clinical Oncology. J Clin Oncol. 2015; 33(8): 952-63. DOI: 10.1200/JCO.2014.59.4465. Epub 2015 Jan 8. PMID: 25572671.
4. НПЦ гигиены: количество подростков-вейперов за пять лет выросло в три раза. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.sb.by/articles/npts-gigieny-kolichestvo-podrostkov-veyperov-za-pyat-let-vyroslo-v-tri-raza.html?amp=1>. – Дата доступа: 17.10.2024.
5. Островская, И.В. Причины использования молодежью электронных систем доставки никотина в организм / И.В. Островская, Н.Г. Косцова, А.К. Хожатова // Здоровье мегаполиса – [Электронный ресурс]. – 2023. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-ispolzovaniya-molodezhyu-elektronnyh-sistem-dostavki-nikotina-v-organizm> – Дата доступа: 22.02.2024.

**Шерякова Т.Д.**, магистрант  
sherakovatat@gmail.com

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

УДК 159.9.616.89

#### **ПРОБЛЕМА ИЗБЕГАНИЯ ТЕМЫ СМЕРТИ У ЛЮДЕЙ, СТРАДАЮЩИХ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ**

Статья посвящена проблеме избегания темы смерти у людей, страдающих алкогольной зависимостью. В современном обществе вопрос смерти часто остается табуированным, что особенно заметно в контексте работы с алкогольной зависимостью. Алкоголь, как средство ухода от действительности, зачастую становится способом избежать размышлений.

Ключевые слова: смерть, отношение к смерти, избегание смерти, алкогольная зависимость, аддикция.

#### **THE PROBLEM OF AVOIDING THE TOPIC OF DEATH IN PEOPLE, WITH ALCOHOL DEPENDENCE**

This article is devoted to the problem of avoiding the topic of death, in the context of overcoming alcohol addiction. In modern society, the issue of death often remains taboo, which is especially noticeable in the context of working with alcohol addiction. Alcohol, as a means of escapism, often becomes a way to avoid thinking.

Keywords: death, attitude towards death, avoidance of death, alcohol dependence, addiction.

**Введение.** Проблема алкогольной зависимости является одной из наиболее актуальных и серьезных проблем в современном обществе [1]. Многие люди сталкиваются с этим заболеванием, которое не только разрушает их здоровье, но и приводит к социальным и эмоциональным проблемам. Однако, часто, при работе с психологом, клиенты избегают обсуждения темы смерти, что может затруднять процесс выздоровления.

Согласно когнитивно-поведенческому подходу, алкогольная зависимость и избегание темы смерти связаны с негативными убеждениями и мыслями у пациентов. Люди, страдающие от алкогольной зависимости, часто испытывают страх перед смертью и отказываются воспринимать ее как неотвратимое явление, смерть для таких людей становится “тем, что случится с кем угодно, но только не со мной”. Избегание темы смерти становится для них способом контролировать свои эмоции и прикрывать свои внутренние конфликты и страхи. При всем этом, сама тема смерти является остро табуированной в обществе и в то же время одной из значимых социальных тем, способных затронуть абсолютно все аспекты жизни [2].

Психологи, работающие с клиентами, страдающими от алкогольной зависимости, должны учитывать эту проблему и находить способы преодоления избегания обсуждения темы смерти. Одним из эффективных методов является работа над когнитивными искажениями у пациента. Клиентам предлагается анализировать свои убеждения о смерти, размышлять о своих страхах и ассоциациях с ней, чтобы изменить свое отношение к этой теме. Кроме того, важным аспектом является развитие навыков справляться с эмоциями и стрессом. Клиентам необходимо научиться открыто выражать свои чувства и мысли, а также находить здоровые способы реагировать на стрессовые ситуации.

**Материал и методы.** Анализ психологической, медицинской литературы по теме исследования. Психодиагностические методы: методика «Смыслоразнозначные 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.** В данной работе был сделан акцент на анализе отношения к смерти и поиске взаимосвязей со смыслоразнозначными ориентациями. Так как с помощью выбранных методик можно оценить то, как взаимосвязаны определенное отношение к смерти и субъективное восприятие жизни [3,4].

При диагностике отношения к смерти у лиц с алкогольной зависимостью было установлено, что по шкале избегания смерти у 6 человек присутствует высокий уровень избегания, что составило 23% из общего числа пациентов. У 15 человек – средний уровень, что составило 61% от общего числа. 3 человека получили низкий уровень избегания смерти, что составило 16% от общего числа (рисунок 1).



Рисунок 1 – Результаты психологической диагностики «Отношение к смерти»

С учетом того, что данное исследование проводилось на пациентах УЗ «Витебского областного клинического центра психиатрии и наркологии», страдающих алкогольной зависимостью и склонных давать социально желаемые ответы, результаты можно считать достаточно значительными. Для анализа смысложизненных ориентаций был использован «Тест смысложизненных ориентаций (методика СЖО)» (Д.А. Леонтьев). Были получены следующие результаты (рисунок 2):

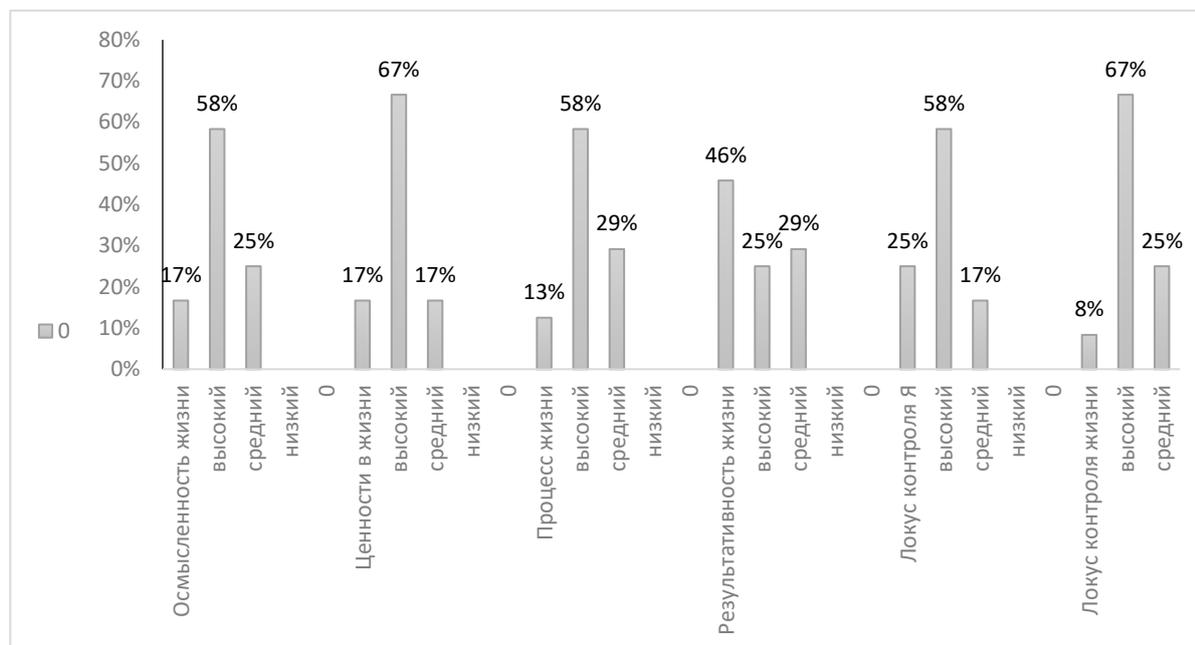


Рисунок 2 – Результаты психологической диагностики смысложизненных ориентаций

По методике «Смысложизненные ориентации» наиболее высокие баллы приходятся на шкалу «результативность жизни», преобладающее количество низких результатов приходится на шкалы «процесс жизни», «локус контроля».

Исходя из данных, полученных по двум методикам, для поиска статистически достоверных взаимосвязей между показателями был выбран метод статистической обработки (корреляционный анализ Спирмена), который показал наличие трех статистически значимых взаимосвязей.

Существует умеренная отрицательная связь локуса контроля жизни и избегающего принятия ( $r_s = -0,376$ , при  $p \leq 0,01$ ). Наличие взаимосвязи этих показателей может свидетельствовать о том, что при потере человеком убежденности в своих силах и уверенности в контроле собственной жизни, невозможно быть уверенным в своих решениях и быть не готовым к реализации своих планов. У человека повышается избегающее принятие смерти, что характерно для страха уйти сейчас, так и не успев реализоваться.

Присутствует умеренная отрицательная связь между оценкой процесса жизни и избегающим принятием смерти ( $r_s = -0,486$ , при  $p \leq 0,05$ ). Это указывает на то, что чем больше человек удовлетворен процессом проживания жизни, тем меньше избегает мысли о её конечности.

Выявлена умеренная отрицательная связь между осмысленностью жизни и избегающим принятием ( $r_s = -0,348$ , при  $p \leq 0,01$ ). В этом случае человек воспринимает смерть как естественный этап жизни.

**Заключение.** Таким образом, избегание темы смерти, в контексте работы с алкогольной зависимостью, является серьезным препятствием для процесса выздоровления. Психологи должны активно работать с этой проблемой, помогая клиентам изменить свое отношение к смерти, развивать умение справляться с эмоциями и находить здоровые способы реагировать на стресс. Одним из главных правил успешной работы с темой отношения к смерти

является необходимость уделять особое внимание психотерапевтическим отношениям. Невозможно провести качественную работу с человеком, если попытаться скрыть факт того, что все человеческое психологам не чуждо. Важно дать понять – человек не одинок в своих экзистенциальных рассуждениях и психолог может «подсветить» эту экзистенциальную проблему [5]. Только взяв контроль над своими мыслями и эмоциями, пациенты смогут преодолеть свою зависимость и вернуть себе здоровую и счастливую жизнь.

#### **Список использованной литературы:**

1. Короленко, Ц.П. Аддиктология: настольная книга / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – М.: Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига, 2012. – 536 с.
2. 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 с.
3. Завьялов, В.Ю. Психологические аспекты формирования алкогольной зависимости / В. Ю. Завьялов. – Новосибирск: Наука, 2002. – 198 с.
4. Лукомский, И.И. Психология хронического алкоголизма / И.И. Лукомский. – М.: Эксмо, 2009. – 328 с.
5. Ялом, И. Вглядываясь в солнце: жизнь без страха смерти / И, Ялом. – М.: Эксмо, 2023. – 384 с.

**Шпак В.Г.**, доцент, кандидат педагогических наук  
Garrievi4@tut.by

**Воробьёв Д.В.**, магистр педагогических наук  
Garrievi4@tut.by

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

УДК 378.147:796:004

#### **ВЛИЯНИЕ ИНФОРМАТИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Проблемы овладения современными информационными и коммуникационным технологиями и их использование становятся одними из главных составляющих профессиональной подготовки современного специалиста в области физической культуры и спорта. Это требует разработки и внедрения в учебный процесс факультетов физической культуры и спорта профессионально-ориентированных программных и программно-педагогических средств и курсов. В статье рассмотрены ряд понятий и терминов, связанных с информатизацией образования, а также дистанционное обучение, которое стало актуальным в последние годы.

Ключевые слова: образование, информатизация образование, дистанционное обучение, компьютерная компетентность.

#### **THE INFLUENCE OF EDUCATION'S INFORMATIZATION ON THE MAIN ASPECTS OF PHYSICAL EDUCATION SPECIALISTS' TRAINING**

The problems of mastering modern information and communication technologies and their use are becoming one of the main components of the professional training of a modern specialist in the field of physical culture and sports. This requires the development and implementation of professionally-oriented software and software-pedagogical tools and courses in the educational process of the faculties of physical culture and sports. The article discusses a number of concepts and terms related to the informatization of education, as well as distance learning, which has become relevant in recent years.

Keywords: education, informatization of education, distance learning, computer competence.