

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Войтович Оксана

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»
м. Рівне, Україна*

Кравчук Оксана

*директорка комунального закладу
«Рівненський обласний центр комплексної реабілітації»
Рівненської обласної ради
м. Рівне, Україна*

Наразі в Україні актуальною є проблема соціально-психологічної адаптації осіб з інвалідністю, адже люди з обмеженими можливостями часто мають труднощі в соціалізації та професійній реалізації. Тому дуже важливо працювати з людьми з інвалідністю в контексті розвитку їхньої емоційної стійкості, визначення їхніх власних позитивних рис, побудови життєвої перспективи тощо.

Як зазначають науковці, емоційна стійкість це здатність особистості зберігати внутрішню рівновагу в напружених ситуаціях, витримувати неможливість задоволення власних потреб, контролювати власний емоційний стан та пристосовуватися до різноманітних життєвих ситуацій [1, 3].

Проаналізувавши різні підходи до вивчення психологічних чинників, що сприяють розвитку емоційної стійкості осіб з інвалідністю, можемо зазначити, що важливим чинником є низький рівень тривожності. Безперечно, що високий рівень тривожності ускладнюватиме процес розвитку емоційної стійкості осіб з інвалідністю, адже створюватиме певний внутрішній емоційний бар'єр, який не дозволить людині адекватно реагувати на життєві виклики.

Вважаємо, що зниження рівня тривожності та підвищення емоційної стійкості є важливими компонентами успішної соціальної інтеграції осіб з інвалідністю.

Тривожність розглядається, як емоційний стан, що супроводжується напруженим очікуванням небезпеки або негативних подій. Тривожність може проявлятися, як тимчасовий ситуативний стан, що пов'язаний з конкретною зовнішньою ситуацією або як стійка особистісна риса.



В осіб з інвалідністю підвищений рівень тривожності часто зумовлений:

- необхідністю пристосування до нових умов життя;
- фізичними обмеженнями;
- соціальною ізоляцією та упередженим ставленням з боку оточення;
- невпевненістю у власних силах та майбутньому [2].

Для вивчення рівня тривожності в осіб з інвалідністю нами застосовувалися такі інструменти: по-перше, інтерв'ю та спостереження, що дало змогу врахувати індивідуальні психологічні та соціальні особливості пацієнтів реабілітаційного центру; по-друге, методика визначення рівня ситуативної (реактивної) тривожності та особистісної тривожності.

За результатами проведеного діагностування встановлено, що у більшості пацієнтів, у яких в процесі спостереження за ними в повсякденних умовах виявлялися проблеми в емоційній сфері, проявився високий рівень ситуативної тривожності, оскільки кількість балів, відповідно до інтерпретації результатів методики Спілбергера була вище 45 балів.

Аналізуючи результати проведеного діагностування відмітили, що більш високий рівень ситуативної тривожності в осіб чоловічої статі, зокрема, у військового на реабілітації (інвалідність, після поранення в зоні бойових дій) ця цифра рівна 52 бали; у чоловіка з інвалідністю (загальне захворювання) -46 балів. В осіб жіночої статі (інвалідність спричинена загальним захворюванням) рівень ситуативної тривожності був трішки нижчим, відповідно, 45 і 33 бали.

Тоді як рівень особистісної тривожності пацієнтів реабілітаційного центру був в межах до 30 балів – це середній рівень або в межах 45 балів-середня тривожність. В жодного з пацієнтів рівень особистісної тривожності не був вищим 46 балів, щоб говорило б про високий рівень тривожності.

Аналізуючи результати проведеного діагностування щодо визначення рівня особистісної тривожності відмітили, що у осіб чоловічої статі, зокрема, у військового на реабілітації (інвалідність після поранення в зоні бойових дій) ця цифра рівна 32 бали (середній рівень); у чоловіка з інвалідністю (загальне захворювання) -40 балів (середній рівень). В осіб жіночої статі (інвалідність спричинена загальним захворюванням) рівень особистісної тривожності відповідав такій кількості балів: 23 і 37. Що цікаво, низький рівень особистісної тривожності (23 бали) виявився у жінки, яка має високий рівень ситуативної тривожності (45 балів).

На основі проведеного спостереження та діагностування можна зробити висновок, що в осіб з інвалідністю, які мали підвищений рівень

тривожності проявлялися порушення когнітивних процесів (уваги, пам'яті, здатності до концентрації) та дезадаптивні переконання (уникання, заперечення, самоізоляція); зниження здатності контролювати емоції у стресових ситуаціях; песимістичне бачення майбутнього; підвищена вразливість до психосоматичних розладів.

Для зниження рівня тривожності та розвитку емоційної стійкості осіб з інвалідністю в умовах реабілітаційного центру нами застосовувалась групова корекційна робота, яка була спрямована на :

- активізацію внутрішнього потенціалу осіб з інвалідністю для самостійного подолання тривожних переживань;
- сприяння зменшенню інтенсивності проявів тривожності;
- розвиток вміння усвідомлювати й аналізувати власні труднощі шляхом розгляду життєвих ситуацій та участі у вправах на стабілізацію власного емоційного стану;
- підвищення загального рівня емоційної стійкості та життєвої енергії учасників;
- формування навичок ефективної вербальної та невербальної взаємодії з оточенням.

Безперечно, що тривожність є одним із головних психологічних чинників, що впливає на розвиток емоційної стійкості осіб з інвалідністю. Її високий рівень знижує здатність до саморегуляції, ускладнює адаптацію та посилює соціально-психологічні проблеми. З іншого боку, цілеспрямована робота зі зниження рівня тривожності відкриває можливості для формування емоційної стабільності, підвищення життєвої активності та гармонізації внутрішнього стану.

Перспективними напрямками подальших досліджень є вивчення ефективності комплексних програм психологічної підтримки, що поєднують індивідуальну та групову роботу, а також аналіз впливу соціального середовища на зниження рівня тривожності та розвиток емоційної стійкості осіб з інвалідністю.

ЛІТЕРАТУРА

1. Лапшинська Г. Особливості емоційної стійкості особистості на різних вікових етапах. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Київ; Ніжин: ПП Лисенко, 2014. Т. 11. Вип. 11 (Ч. 2). С. 19–26.
2. Львовичкіна А. М. Екопсихологічні основи соціальної роботи із людьми з інвалідністю. Київ, 2020. 93 с.
3. Шульженко О. Є. Емоційна стійкість майбутнього фахівця як психологічний чинник його готовності до корекційної роботи з аутичними дітьми: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.08. Київ, 2021. 18 с.