

Тревожность как стратегия поведения личности с ограниченными возможностями здоровья

Богомаз С.Л., Оленина О.Е.

Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных в современной психологии, так как может сигнализировать об опасности, а также привлекает внимание к возможным трудностям, препятствиям для достижения цели, содержащимся в ситуации, позволяет мобилизовать силы и тем самым достичь наилучшего результата. Однако чрезмерно высокий уровень тревожности рассматривается как дезадаптивная реакция, проявляющаяся в общей дезорганизации поведения и деятельности, достижении успехов.

Цель статьи – изучение влияния тревожности на выбор копинг-стратегий поведения личности с ограниченными возможностями здоровья.

Материал и методы. Исследование проводилось с ноября 2018 по ноябрь 2019 года в городе Витебске. В нем принимали участие молодые люди в возрасте от 19 до 24 лет, имеющие ограниченные возможности здоровья (всего 16 респондентов). Среди них 12 девушек и 4 юноши. При работе с респондентами использованы следующие методы: диагностические методы, методы количественной и качественной обработки эмпирических данных, включая методы математической статистики.

Результаты и их обсуждение. Заболевание, приводящее к инвалидности, травма или дефект, не влияющий на то, какие физиологические составляющие индивидуального организма являются отклоненными от функциональной нормы, приводят к тем последствиям, за которыми стоят ситуация особого психологического климата для человека, затрудненные жизненные условия, а именно возникновение специфической социальной и психологической ситуации. Возникающие перемены приобретают непосредственную связь с наступлением инвалидности, появляется стремительное снижение функции удовлетворения необходимых потребностей, а также приобретения социальной, профессиональной и личностной самореализации индивида. В результате свое место находит состояние фрустрации, т.е. ситуативная ответная реакция на дисфункцию получить необходимое, затем проявляет себя индивидуальное реагирование на стратегии неконструктивного характера, которые ставят преграду на пути к преодолению трудной ситуации.

Заключение. Материалы исследования использованы при разработке психокоррекционной программы, направленной на снижение высокого уровня тревожности у людей с ограниченными возможностями здоровья, внедренной на базе кафедры прикладной психологии ВГУ имени П.М. Машерова.

Ключевые слова: тревожность, ситуативная тревожность, личностная тревожность, состояние, свойство, устойчивое образование, копинг, стратегия, совладающее поведение, ограниченные возможности, дезадаптация, личность.

Anxiety as a Strategy of the Behavior of the Person With Health Disabilities

Bogomaz S.L., Olenina O.E.

Education Establishment "Vitebsk State P.M. Masherov University"

The issue of anxiety is one of the most relevant in the contemporary psychology since it can signal about the danger and draws attention to possible situation hardships, obstacles to reaching the aim, makes it possible to mobilize forces and thus gain the best result. However the extremely high anxiety level is considered as a maladaptation reaction which manifests itself in the general behavior and activity disorganization.

The purpose of this article is to study the influence of anxiety on the choice of behavior coping strategies of a person with disabilities.

Material and methods. The study was conducted from November 2018 to November 2019 in the City of Vitebsk. Sixteen young people aged 19 to 24 with health disabilities took part in the research. Among the 12 were girls and 4 were boys. The following methods were used: diagnostic methods, methods of quantitative and qualitative processing of empirical data, including methods of mathematical statistics.

Findings and their discussion. A disease, an injury or defect leading to disability which do not affect the physiological components of the individual body which are the deviation from the functional norm, lead to the consequences, behind which there is a situation of a special psychological climate for a person, difficult living conditions, namely, the emergence of a specific social and psychological situation. The emerging changes acquire a direct relationship with the onset of disability; there is a rapid decline in the function of meeting the necessary needs, as well as the acquisition of social, professional and personal self-implementation of the individual. As a result, a state of frustration takes place, i.e. a situational response to the dysfunction to get what is needed; then an individual response to strategies of a non-constructive nature that put an obstacle on the way to overcoming a difficult situation manifests itself.

Conclusion. The research materials were used in elaborating a psycho-correction program which aims at the reduction of high level anxiety of people with health disabilities that was introduced at the Department of Applied Psychology of Vitebsk State P.M. Masherov University.

Key words: anxiety, situational anxiety, personal anxiety, state, property, sustainable education, coping, strategy, coping behavior, disabilities, maladaptation, personality.

Из волнующих проблем, которые возникают в профессиональной и практической деятельности человека, важное место занимают те, которые связаны с психическими состояниями. Процесс принятия и переживания человеком факта ограничения своих физических возможностей имеет сложноструктурную основу, на которую может оказать непосредственное влияние множество факторов. Первоочередно данные ограничения подразумевают изменения социальной ситуации развития личности, а также они приводят к смене роли и изменению круга лиц, которые включены во взаимодействие с человеком, масштаба решаемых им проблем и возможностей принятия им решений и ответственности, к изменению его образа жизни и, наконец, его «образа Я». Личностная деформация, которая происходит, в свою очередь, приводит к кардинальным изменениям во всей структуре личности в целом. С успехом противостоять таким переживаниям дается возможность, увы, не каждому. В большом количестве случаев человеком, который столкнулся с таковой ситуацией, для снижения уровня деструктивных чувств используются неконструктивные психологические защиты (отрицание, вытеснение, диссоциация, примитивная изоляция, регрессия и т.д.). Возникают подобные реакции в результате неправильно построенной стратегии совладания с появившейся ситуацией. Кроме того, верно выбранная стратегия совладания с ситуацией ограниченных возможностей способствует не только восстановлению и поддержанию психологического равновесия, но и также оказывает содействие в формировании гармоничной, зрелой личности, которая умеет правильно оценивать окружающую ее действительность и способна противостоять различным стрессогенным факторам [1].

Цель статьи – изучение влияния тревожности на выбор копинг-стратегий поведения личности с ограниченными возможностями здоровья.

Материал и методы. Наше исследование проводилось с ноября 2018 по ноябрь 2019 года в городе Витебске. В нем принимали участие молодые люди в возрасте от 19 до 24 лет, имеющие ограниченные возможности здоровья (всего 16 респондентов). Среди них 12 девушек и 4 юноши. Основной характер ограничения в возможностях здоровья отобранных испытуемых имело врожденное заболевание с дисфункцией опорно-двигательного аппарата, речевого и слухового анализаторов либо приобретенная травма шейного и спинного отделов. Ввиду определенных сложностей в организации и проведении диагностики испытуемых при личной встрече исследование проводилось исключительно при помощи сети Интернет посредством электронных бланков методик. Диагностические методики: шкала личностной и ситуативной тревожности Ч.Д. Спилбергера–Ю.Л. Ханина [2], индикатор копинг-стратегий (Д. Амирхан) [3], диагностика стратегий импунитивного поведения в конфликтных ситуациях [4], методы количественной и качественной обработки эмпирических данных, включая методы математической статистики (коэффициент корреляции r Пирсона), выполненные в пакете статистических программ SPSS 15.0 [5].

Результаты и их обсуждение. Исследование осуществлялось в несколько этапов. По результатам диагностики по методике выявления уровня тревожности Спилбергера были получены следующие данные: 75% испытуемых с ограниченными возможностями здоровья испытывают средний уровень ситуативной тревожности (рисунок 1); 38% испытуемых с ограниченными возможностями здоровья испытывают высокий уровень личностной тревожности (рисунок 2).

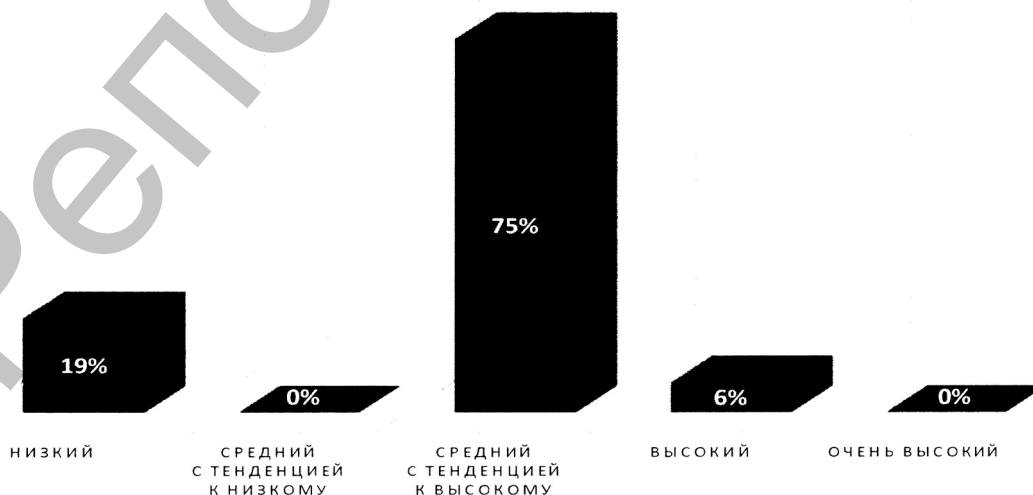


Рисунок 1 – Результаты диагностики ситуативной тревожности людей с ОВЗ

По результатам диагностики по методике изучения стратегий совладающего поведения Амирхана были получены следующие данные:

шкала «Разрешение проблем» (преобладает средний уровень – 50% испытуемых); шкала «Поиск социальной поддержки» (преобладает средний уровень – 19% испытуемых); шкала «Избегание проблем» (преобладает высокий уровень – 69% испытуемых) (таблица).

Анализ полученных результатов по методике «Диагностика стратегий импунитивного поведения в конфликтных ситуациях» показал следующее:

выбор форм в пользу адаптивного поведения: разрядка (60%), рациональные действия (71%), поиск помощи (68%), позитивное мышление (20%), поэтапные действия (61%), приобретение силы (60%), самоизменение (19%), оценка вины (21%), вера (40%), выражение чувств (33%) и т.д.;

выбор форм в пользу паллиативного поведения: разрядка (60%), фатализм (20%), самообвинение (44%), отстранение (56%), отвлечение (54%), сдерживание (32%), уход (73%), преодоление вне реальности (46%) и т.д.;

ведущими стратегиями стали: разрядка (60%), поэтапные действия (61%), сравнение (68%), осторожность (75%), уход (73%), нерешительность (53%), рациональные действия (71%), поиск помощи (68%), отстранение (56%), приобретение силы (60%), самообвинение (49%), отвлечение (54%).

Имеются два ключевых вида разрешения трудных ситуаций внутреннего конфликта – адапционный и паллиативный. Адаптационное действие направлено на интенсивную перемену остроконфликтных взаимоотношений, реальное предотвращение остроконфликтного условия. Его определяют, к примеру, подобные формы преодолевающего поведения, равно как поэтапное разрешение, переосмысление, обращение за поддержкой и т.д. Паллиативное действие обозначает душевную психологическую адаптацию к конфликту внутри целей лимитирования его нервных, психологических и прочих потерь с помощью подобных поведенческих реакций, непосредственное представление эмоций, снятие напряжения, заменяющая работа (сублимация), воображение, комизм, подавление, устранение

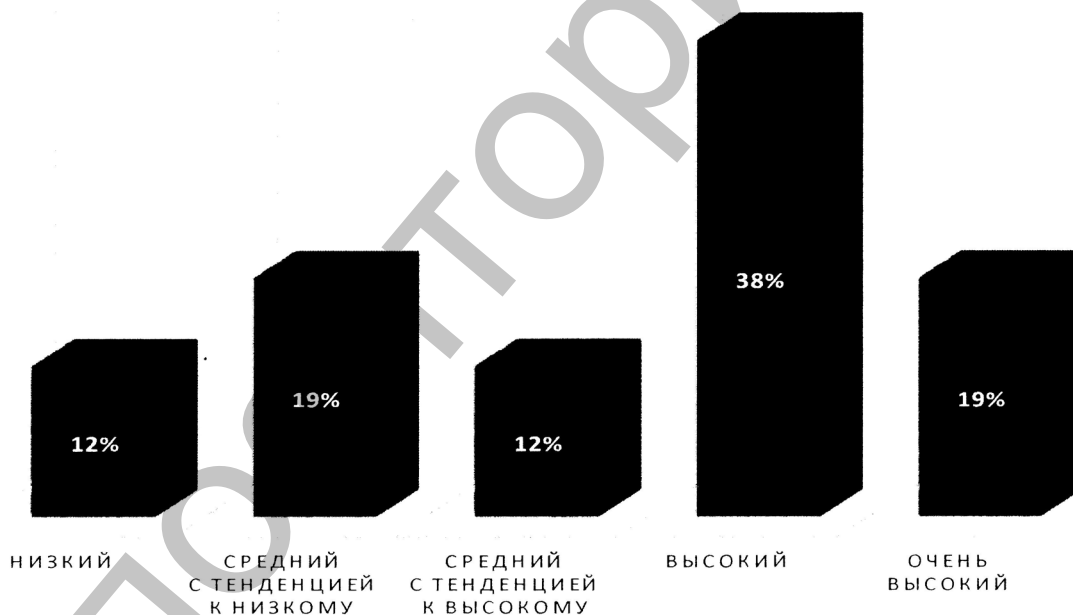


Рисунок 2 – Результаты диагностики личностной тревожности людей с ОВЗ

Таблица – Результаты диагностики стратегий совладающего поведения людей с ОВЗ

Уровень шкала	Разрешение проблем	Поиск социальной поддержки	Избегание проблем
Очень низкий	6%	13%	6%
Низкий	44%	6%	19%
Средний	50%	19%	69%
Высокий	0%	62%	6%

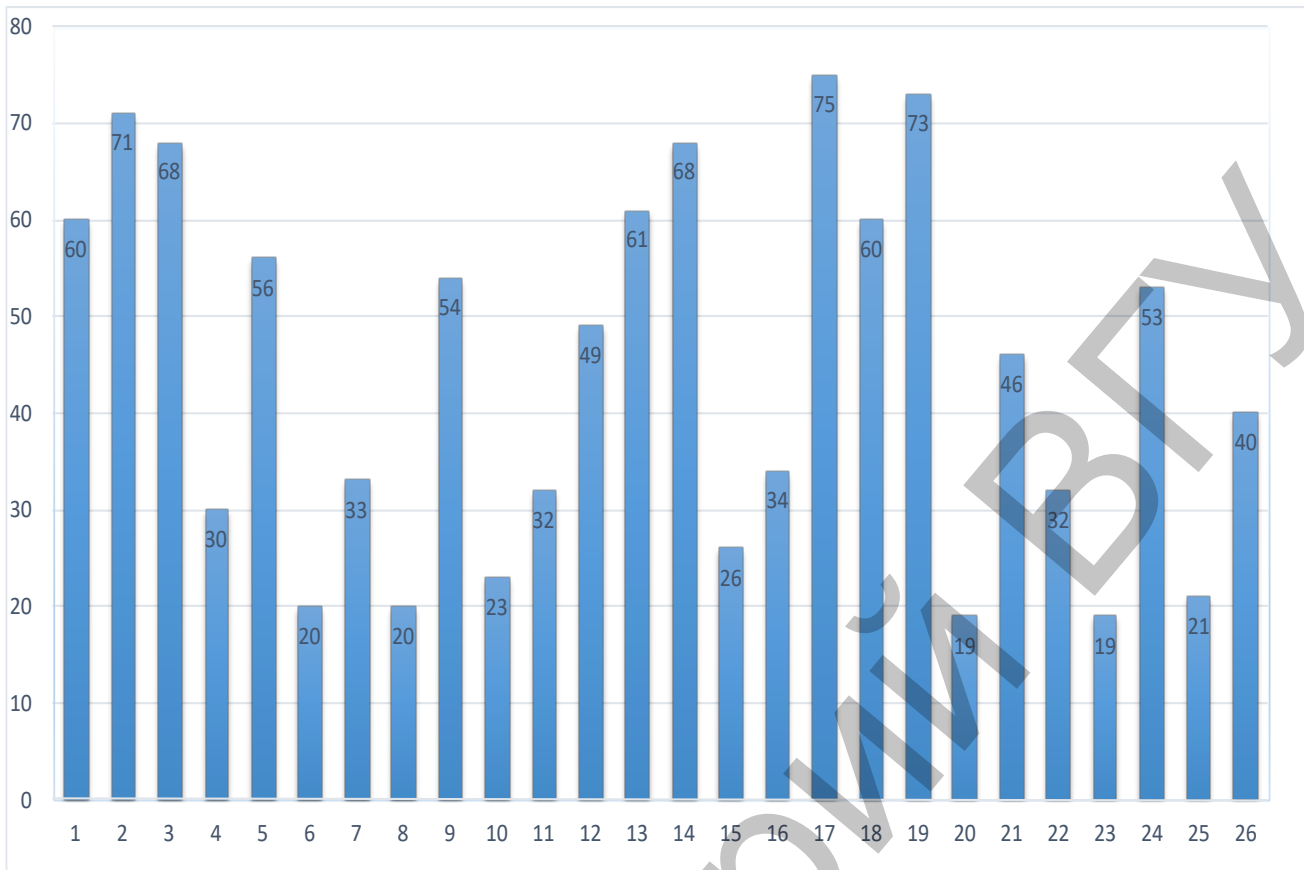


Рисунок 3 – Результаты диагностики стратегий импульсивного поведения в конфликтных ситуациях людей с ОВЗ

и др. Применение подобного действия более рационально при неразрешимых разногласиях.

Для определения степени взаимовлияния изучаемых нами переменных был использован корреляционный анализ. В первую очередь мы исследовали степень взаимосвязи уровня ситуативной тревожности людей с ограниченными возможностями здоровья и шкал стратегий совладающего поведения (разрешение проблем, поиск социальной поддержки и избегание проблем). Исходя из результатов исследования было выявлено, что между интересующими нас переменными существует определенная связь. Средняя положительная корреляция (по общей классификации) фиксируется между переменными «Ситуативная тревожность» и «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,561$). Также средняя положительная корреляция (по общей классификации) фиксируется между переменными «Ситуативная тревожность» и «Избегание проблем» ($r = 0,503$).

Затем нами была изучена степень взаимовлияния уровня личностной тревожности с теми же шкалами. В данном случае зафиксирована сильная (по общей классификации) положительная корреляция (по общей классификации) между переменными «Личностная тревожность»

и «Поиск социальной поддержки» ($r = 0,770$), а также между переменными «Личностная тревожность» и «Избегание проблем» ($r = 0,600$). В соответствии с частной классификацией между этими переменными существует значимая корреляция, поскольку коэффициент корреляции соответствует уровню статистической значимости $p \leq 0,01$.

В итоге наличие сильной положительной корреляции, которая существует между выбранными стратегиями «Поиск социальной поддержки», «Избегание проблем» и личностной тревожности, свидетельствует о том, что люди с ограниченными возможностями здоровья, которые имеют личностную склонность к проявлению повышенного или высокого уровня психологического напряжения в самых разных жизненных ситуациях, даже таких, которые объективно к этому не располагают, испытывают безотчетный страх, неопределенное ощущение угрозы, готовы воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Человек, подверженный такому состоянию, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затрудняются контакты с окружающим миром. Зачастую такие люди испытывают трудности в принятии реше-

ний, тем самым проявляя способность человека уходить от решения надвигающихся проблем путем избегания проблемной ситуации и прибегая к поиску помощи со стороны окружающих. Данные связи также обосновываются и тем, что люди с ОВЗ являются социально уязвимой группой.

Заключение. Таким образом, результаты исследования дают основание говорить о том, что несмотря на значительное количество зарубежных и отечественных исследований, посвященных психологическим особенностям людей с ограниченными возможностями здоровья, в спектре интересующих все еще остается масса нерешенных проблем, в том числе касаемых специфики совладающего поведения данной категории личностей, которые, в свою очередь, должны быть подвержены тщательному научному изучению.

Материалы исследования использованы при разработке психокоррекционной программы, направленной на снижение высокого уровня

тревожности у людей с ограниченными возможностями здоровья, внедренной в образовательный процесс при составлении преподавателями психологии учебного материала для студентов-психологов на базе кафедры прикладной психологии ВГУ имени П.М. Машерова.

Литература

1. Богомаз, С.Л. Самоанализ: подходы, тенденции, возможности и ограничения / С.Л. Богомаз // Вестн. Віцеб. дзярж. ун-та. – 2005. – № 2(36). – С. 50–70.
2. Спилбергер, Ч.Д. Шкала личностной и ситуативной тревожности. Психологическая диагностика / Ч.Д. Спилбергер. – М.: ООО «Исследовательская группа Социальные науки», 2011. – 141 с.
3. Амирхан, Д. Индикатор копинг-стратегий [Электронный ресурс] / Д. Амирхан. – Режим доступа: <https://vsetesti.ru/448/>. – Дата доступа: 09.11.2018.
4. Диагностика стратегий импунитивного поведения в конфликтных ситуациях [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://vsetesti.ru/196/>. – Дата доступа: 12.01.2020.
5. Албегова, И.Ф. Особенности социальной адаптации инвалидов / И.Ф. Албегова // Вестн. соц. работы. – 2003. – № 2(7). – С. 214–220.

Поступила в редакцию 09.03.2020