

Роль личностной тревожности в выборе копинг-стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья

Оленина О.Е.

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

В данной работе рассматриваются результаты исследования роли личностной тревожности в использовании неадаптивных копинг-стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья.

Цель статьи – изучение роли личностной тревожности как фактора в использовании неадаптивных стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья.

Материал и методы. В исследовании был использован метод опроса на основании следующих методик: шкала личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера–Ю.Л. Ханина, опросник «Способы совладающего поведения Р. Лазаруса».

Результаты и их обсуждение. Результаты исследования дают основание говорить о том, что несмотря на значительное количество 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.

Заключение. Полученные результаты помогают определить направление дальнейшего исследования возможных копинг-ресурсов у людей с ограниченными возможностями здоровья.

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

The Role of Personality Anxiety of People with Disabilities in Choosing Behavior Coping Strategies

Olenina O.E.

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

This paper discusses the results of a study of the role of personality anxiety in the use of maladaptive coping strategies of behavior by people with disabilities.

The purpose of the article is to study the role of personal anxiety as a factor in the use of maladaptive behavior strategies by people with disabilities.

Material and methods. The survey method was used in the study based on the following methods: the scale of personal anxiety of C.D. Spielberger–Y.L. Khanin, the questionnaire "Methods of coping behavior of R. Lazarus".

Findings and their discussion. The research findings give reason to say that despite a significant number of studies devoted to the psychological characteristics of people with disabilities, there are still a lot of unresolved problems in the spectrum of interest, including those related to the specifics of coping behavior of this category of individuals.

Conclusion. The obtained results help to determine the direction of further research of possible coping resources of people with disabilities.

Key words: anxiety, personal anxiety, property, sustainable education, coping, strategy, coping behavior, disability, limited opportunities, personality.

В психологической терминологии неадаптивные варианты копинг-поведения подразумевают под собой понятие, основой для описательной характеристики которого могут служить эмоционально окрашенные реакции в виде состояния безнадежности, злости, подчинения, подсознательное блокирование проживания иных чувств, а также переживание чувства вины, транслируемое на себя и других людей [1; 2]. Есть предположение о том, что лица с врожденными и приобретенными инвалидизирующими заболеваниями адаптированы к ним, хотя и используют

ют разнообразные стратегии преодоления, могут совмещать их, выбирать наиболее эффективные, однако наличие тревожности может привести к тому, что копинг-стратегии совладания со стрессом могут смениться на неадаптивные. Сами психологические возможности личности, имеющей инвалидность, с одной стороны, могут быть ограничены самим заболеванием, а с другой – могут приумножаться в результате аккумуляции активизации ресурсов [3; 4]. Лица с врожденными или приобретенными инвалидизирующими заболеваниями часто ограничены в своих копинг-ре-

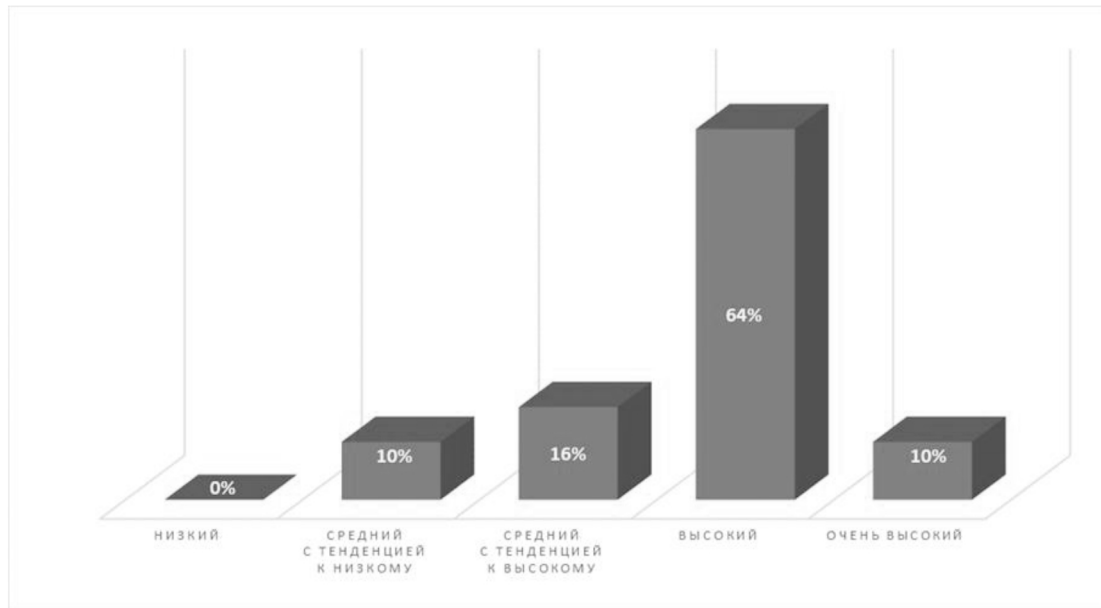


Рисунок – Результаты диагностики личностной тревожности у людей с ограниченными возможностями здоровья

сурсах в результате сильного травмирующего воздействия экстремальной ситуации, связанной с утратой здоровья. Создание условий для развития эффективных стратегий преодоления у лиц с инвалидностью становится главной целью психологической помощи данной категории людей.

Цель статьи – изучение роли личностной тревожности как фактора в использовании неадаптивных стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья.

Материал и методы. Исследование было проведено в городе Витебске в 2022 году. На участие в нем дали свое согласие 19 человек в возрасте от 19 до 37 лет, имеющих разные формы инвалидности. Основным характер врожденного либо приобретенного заболевания, приведшее к инвалидности, был связан с дисфункцией опорно-двигательного аппарата, травмы шейного и спинного отделов, а также с ампутированием конечностей ног и рук. Для осуществления исследования использовались следующие методы: диагностические методы, методы количественной и качественной обработки эмпирических данных, включая методы математической статистики. В связи с наличием определенных сложностей в организации и проведении диагностики испытуемых при личной встрече исследование проводилось при помощи сети Интернет в виде специально разработанных электронных бланков используемых методик с предоставлением

соответствующей к ним инструкции и обеспечением принципа конфиденциальности данных респондентов.

Результаты и их обсуждение. Исследование осуществлялось в несколько этапов:

подготовительный – определение выборки, конкретной группы людей, принимающих участие в исследовании;

эмпирический – подбор эмпирического инструментария и проведение тестирования испытуемых;

обработка данных эмпирического исследования – качественный анализ данных, статистические расчеты, анализ и интерпретация результатов;

завершающий – оформление полученных результатов (построение диаграмм, таблиц); формулировка выводов.

Эмпирический этап был начат с диагностики испытуемых с помощью методики Ч.Д. Спилбергера и Ю.Л. Ханина [5] (рисунок).

Результаты данной диагностики показали, что низкий уровень личностной тревожности не был выявлен ни у одного из испытуемых нами респондентов – 0%; средний с тенденцией к низкому уровень тревожности проявляется у 10% испытуемых; аналогичная ситуация наблюдается и с очень высоким уровнем личностной тревожности – он выявлен также у 10%; средний уровень личностной тревожности с тенденцией к высокому отмечается у 16% испытуемых; и, наконец,

Таблица – Результаты диагностики копинг-стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья по методике Лазаруса

Название копинга	Высокий уровень напряженности	Средний уровень напряженности	Низкий уровень напряженности
Конфронтационный копинг	26%	48%	26%
Дистанцирование	42%	32%	26%
Самоконтроль	32%	53%	15%
Поиск социальной поддержки	42%	32%	26%
Принятие ответственности	26%	53%	21%
Бегство–избегание	15%	37%	48%
Планирование решения проблемы	21%	26%	53%
Положительная переоценка	15%	32%	53%

наибольшее количество людей с ограниченными возможностями здоровья, по результатам методики, испытывают высокий уровень личностной тревожности – 64% испытуемых. В данном случае этот уровень является доминирующим среди диагностируемой выборки соответственно.

Диагностика копинг-стратегий поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья при помощи методики Лазаруса [6; 7] показала результаты, которые представлены ниже (таблица).

В таблице представлены результаты, согласно которым высокие и средние показатели получены по следующим шкалам: Дистанцирование, Поиск социальной поддержки, Конфронтационный копинг, Самоконтроль, Принятие ответственности.

Дистанцирование предусматривает субъективное уменьшение значимости, уровня вмешательства эмоциональной проблемы, для людей с этим копингом характерны рациональные приемы, передача внимания, удержание, юмор и оскорбление и т.д. Наоборот, эта стратегия способна предотвратить интенсивные эмоциональные реакции на депрессии. Однако существует вероятность того, что собственные ощущения и возможности действенного решения трудностей могут обесцениться.

Стратегия поиска социальной поддержки предполагает попытку решить проблему с помощью внешних социальных ресурсов, поиска ин-

формационной, эмоциональной и действенной поддержки. Для нее характерна ориентация на общение с окружающими, стремление к вниманию, помощи и состраданию. Конфронтационный копинг предполагает определенное враждебное и готовое рискнуть. Если применять умеренно, этот тип копинга способен помочь в решении трудностей, придать энергию, инициативу для решения проблем. Такие данные свидетельствуют о слабом развитом умении отстаивать свои интересы и вести себя в условиях стресса. Самоконтроль означает, что нужно приложить усилия в целях регулирования своих чувств и действий.

Стратегия принятия ответственности предполагает признание субъектом своей роли в создании проблемы и ответственности за решение задачи.

Стоит обратить внимание и на низкие показатели по следующим шкалам: Бегство–избегание, Планирование решения проблем и Положительная переоценка. Бегство–избегание – это реакция на типы уклонения. При таком подходе можно наблюдать инфантильное поведение в ситуациях, когда проблемы не игнорируются, отсутствует ответственность, пассивная вспышка раздражения, употребляют алкоголь и так далее. Большинство исследователей считают, что данная стратегия является неадаптивной. Это свидетельствует о низком приспособлении к стрессовым ситуациям, и поэтому можно часто использовать не игнори-

рование внешних факторов, вызывающих внутренний стресс.

Стратегия по планированию решения проблем предполагает анализ ситуации и планирование своих действий в соответствии с вашим прошлым опытом и имеющимися ресурсами. Наконец, стратегия положительной переоценки предусматривает попытку преодоления негативных переживаний в этом вопросе путем позитивной переоценки, считааемых стимулом для роста личности. Для нее характерно сосредоточенное внимание на личной, философской трактовке проблемных ситуаций и включение в широкий контекст человеческой работы по саморазвитию.

В результате полученных данных можно сказать, что респонденты являются социально уязвимыми группами, которые нуждаются в регулировании своих чувств и поступков и находятся в поисках эмоционального и действенного содействия окружающим. Возможно, внутреннее мотивирование способно построить позитивный ответ на стрессовые факторы в окружающей реальности, но, видимо, внутренний ресурс копинга достаточно развит, что может помочь убрать подсознательную потребность в помощи от подсознательного потребления помощи. Также стоит учитывать еще один важный факт – тяжесть болезни, которая привела к определенному этапу инвалидности, и характер ее возникновения может стать еще одним из их главных причин, которые вызывают определенные трудности в социально-адаптационном характере людей, имеющих инвалидность.

Для определения наличия связи между личностной тревожностью и неадаптивными копинг-стратегиями поведения (по методике Лазаруса), выбранными испытуемыми, нами был использован корреляционный анализ полученных данных. В ходе данного анализа было выявлено, что между интересующими нас переменными существует определенная связь:

– прямая взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *конфронтационным копингом* ($r = 0,637$ при значимой корреляции на уровне 0,05). Здесь мы наблюдаем недостаточную целенаправленность, рациональное обоснование поведения в ситуации с проблемой;

– прямая взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *дистанцированием* ($r = 0,796$ при значимой корреляции на уровне 0,01). Вероятность оскорбления собственных эмоций, недооценки значения и возможности действенного решения проблемных задач;

– обратная взаимосвязь *личностная тревожность–самоконтроль* ($r = -0,624$ при значимой корреляции на уровне 0,05). На основе этой связи могут возникать некоторые трудности, связанные с выражением чувств, потребностей, побуждений из-за проблемной ситуации, присутствие сверхконтрольного поведения;

– обратная взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *принятием ответственности* ($r = -0,772$ при значимой корреляции на уровне 0,01). Можно рассматривать как возможность незаконной самокритики, принятия чрезвычайных ответственностей;

– прямая взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *бегством–избеганием* ($r = 0,518$ при значимой корреляции на уровне 0,05). Эта связь, скорее, характеризуется невозможностью решить проблему, вероятностью накопления проблем, кратковременным эффектом предпринятых действий, способствующих снижению эмоционального дискомфорта;

– обратная взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *планированием решения проблемы* ($r = -0,794$ при значимой корреляции на уровне 0,01). Связь, в которой можно отметить вероятность недостаточного рационализма, недостаточного эмоционального состояния, интуитивности и спонтанности в поведении;

– обратная взаимосвязь между *личностной тревожностью* и *положительной переоценкой* ($r = -0,822$ при значимой корреляции на уровне 0,01). Возможность недооценить личностью возможности действенного решения проблемы. Тревожность может препятствовать переоценке проблемы с положительной характеристикой.

Исходя из этого, наличие выявленных связей между диагностируемыми уровнями личностной тревожности и выбранными копинг-стратегиями поведения у людей с ограниченными возможностями здоровья может свидетельствовать о том, что основой проблематики данных результатов могут служить затруднения в личностной, мотивационно-потребностной сферах, а также затруднения в адаптационном процессе в условиях окружающей среды людей с врожденной или приобретенной формой инвалидности. Личностные внутренние ресурсы данной категории людей подобным образом могут быть изучены в дальнейших научных исследованиях.

Заключение. Стоит констатировать, что наличие инвалидности не является ограничивающим фактором на дальнейшем пути развития личности, а напротив, прикладывает необходимые

усилия для создания необходимых условий для благоприятного осуществления данного процесса. Таким образом, для подготовки оказания психологической помощи для подобной категории лиц обязательной выступает роль сформированности соответствующих для этого копинговых стратегий. Результаты исследования позволяют нам говорить о том, что независимо от количества других исследований, посвященных теме психологических особенностей людей с ограниченными возможностями здоровья, связанных с тревожностью и копинговыми стратегиями поведения, в центре актуальных остаются вопросы по данной проблеме, что дает право на их будущее продолжение рассмотрения. Все эти вопросы подвергаются дальнейшему научному изучению, а результаты нашего исследования дают основание для положительной мотивации в решении данного вопроса.

Литература

1. Богомаз, С.Л. Влияние тревожности на стратегии поведения личности с ограниченными возможностями здоровья / С.Л. Богомаз, О.Е. Оленина // Психологический Vademesum: Психологическая феноменология в образова-

тельной среде: мультидисциплинарный подход: сб. науч. ст. / под ред. С.Л. Богомаза, В.А. Каратерзи, С.Ф. Пашковича. – Витебск, 2019. – С. 85–91.

2. Богомаз, С.Л. Тревожность как стратегия поведения личности с ограниченными возможностями здоровья / С.Л. Богомаз, О.Е. Оленина // Право. Экономика. Психология. – 2020. – № 3. – С. 78–81.

3. Леонтьев, А.Д. Развитие личности в норме и затрудненных условиях / А.Д. Леонтьев // Культурно-историческая психология. – 2014. – Т. 10, № 3. – С. 97–106.

4. Бурькина, М.Ю. Особенности тревожности студентов бакалавриата педагогического профиля [Электронный ресурс] / М.Ю. Бурькина // International Journal of Medicine and Psychology = Международный журнал медицины и психологии. – 2020. – Т. 3, № 1. – Режим доступа: <https://ijmp.ru/archives/10045>. – Дата доступа: 21.02.2022.

5. Спилбергер, Ч.Д. Шкала личностной и ситуативной тревожности / Ч.Д. Спилбергер // Психологическая диагностика. – 2011. – № 3. – 141 с.

6. Набиуллина, Р.Р. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учеб. пособие / Р.Р. Набиуллина, И.В. Тухтарова. – Казань: Казан. гос. мед. акад., 2003 – 99 с.

7. Крюкова, Т.Л. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ) / Т.Л. Крюкова, Е.В. Куфтяк // Журн. практ. психолога. – 2007. – № 3. – С. 93–112.

Поступила в редакцию 30.03.2022