

верку чувств и подготовку к созданию семейной жизни, при этом это отношение с большим количеством свободы и снятием с себя какой-либо ответственности.

Список использованных источников

1. Гражданский брак за и против [Электронный ресурс] / Е. Варламов. – Минск, 2011. – Режим доступа: <http://www.ealowe.by>. –Дата обращения: 7.02.2023.
2. Яворская, А. В. Отношение студентов к гражданским бракам / Яворская А. В. ; науч. рук. Матюшкова С. Д. // Молодость. Интеллект. Инициатива : материалы X Международной научно-практической конференции студентов и магистрантов, Витебск, 22 апреля 2022 года. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2022. – С. 482–484. URI: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/32899> (Дата обращения: 6.02.2023).

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ НА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МОЛОДЫХ ИНВАЛИДОВ

А.С. Янкович

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: ankovica50@gmail.com)

На сегодняшний день общая численность инвалидов в Республике Беларусь составляет 497 тысяч. Из них инвалиды первой группы составляет 6616 человек, второй группы 24914 человек, третьей группы 10883 человек [1].

Эмоции – это первоначальная реакция человека на какое-либо событие в жизни, они возникают спонтанно, их очень сложно отследить и зафиксировать. Эмоции являются постоянным спутником организма, влияют на настроение, а длительное присутствие негативно окрашенных эмоций может привести к определенному симптому или болезни. Люди привыкли связывать свои заболевания с внешними факторами, абсолютно забывая про внутреннее состояние и его влияние на здоровье всех органов тела. Вследствие эмоций может возникнуть определенное настроение, человек начинает однотипно реагировать на разные ситуации, с течением времени это приводит к формированию постоянных черт характера [2].

Эмоциональное состояние молодых инвалидов может быть как положительным, так и отрицательным. Отрицательное эмоциональное состояние воздействует на организм, ухудшает самочувствие и снижает запас жизненной энергии. Положительное эмоциональное состояние – это положительные эмоции, воспринимаемые как хорошее самочувствие и хорошее настроение: радость, интерес, довольство. Они сопровождаются увеличением физической активности.

Данная тема достаточно актуальна, ведь эмоциональное состояние молодых инвалидов нестабильное, что в свою очередь сильно влияет на их жизнедеятельность.

Цель исследования: выявление эмоционального состояния молодых инвалидов.

Материал и методы. В исследовании приняли участия молодые инвалиды территориального центра социального обслуживания населения Железнодорожного района, посещающие кружок декоративно-прикладного творчества «Очумелые ручки», в возрасте 20-37 лет, в количестве 10 человек, из них 5 девушек и 5 юношей. Для достижения поставленной цели были использованы следующие методы: методика САН, математическая обработка, анализ и интерпретация данных.

Результаты и их обсуждение. Под эмоциями понимаются психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личностный смысл и оценку внешних и внутренних ситуаций в жизни человека. Эмоции являются одним из основных механизмов, управляющих поведением и деятельностью человека, тем самым оказывая существенное влияние на его жизнь.

Существует множество факторов, которые могут негативно влиять на эмоциональное состояние молодых инвалидов. Наиболее важным из них является окружающая среда. Ограниченный круг контактов с другими людьми, недостаток общения и социальная изоляция – все это негативно влияет на эмоциональное состояние людей с ограниченными возможностями здоровья.

Следующим по важности фактором является образ жизни. Недостаток сна и напряженный образ жизни могут ухудшить самочувствие молодых инвалидов. Ряд нарушений здоровья также может ограничивать удовлетворение важных личных потребностей, тем самым влияя на эмоциональное состояние человека. Таким образом, физическое и психическое здоровье зависит не только от окружения, но и от образа жизни молодых инвалидов.

Не менее важным фактором является большая психологическая нагрузка. Психологическая нагрузка определяется как сильное воздействие на психику человека, вызывающее нервное напряжение и невыносимые душевные переживания. Чаще всего воздействие на психику идет извне, от других людей и от обстоятельств. Некоторые влияния исходят изнутри, например переживания, вызванные словами и действиями других людей, неразрешенными ситуациями, ожиданиями будущих проблем или переживаниями, связанными с проблемами в настоящем или прошлом.

При эмоциональных перегрузках возможно возникновение стресса. Умеренные стрессовые нагрузки для организма не несут вреда, наоборот, способствуют адаптации к новым условиям, но вот излишние перегрузки ведут к очень серьезным последствиям в плане психики и здоровья. Следо-

вательно, повышенное психологическое напряжение неизбежно приводит к эмоциональному истощению.

Однако существуют и факторы, которые могут положительно влиять на эмоциональное состояние молодых инвалидов. Наиболее важным из них являются близкие люди. Близкие люди могут поддержать в стрессовых ситуациях, поддержать в развитии и достижении целей. Поддержка в достижении целей укрепляет здоровье, уменьшая или устраняя вредное воздействие стресса в трудные времена. Такая поддержка увеличивает благоприятные для здоровья положительные эмоции. Присутствие поддерживающего человека действует как скрытый сигнал безопасности, снижая восприятие угроз, которые могут повлиять на здоровье.

Ещё одним не менее важным фактором является правильное питание. Регулярное правильное питание позволяет поддерживать хорошее настроение и самочувствие молодых инвалидов. Таким образом, существует связь между психическим состоянием, качеством и режимом питания людей. Еда оказывает сильное влияние на поведение человека, и правильное питание является одним из важнейших факторов для развития и функционирования мозга.

Однако самым важным для поддержания здорового состояния души является позитивное отношение к жизни – осознание своего желания быть здоровым.

Для определения эмоционального состояния мы использовали методику САН (самочувствие, активность, настроение). При разработке методики авторы В.А. Доскин, Н.А. Лаврентьева, В.Б. Шарай, М.П. Мирошников исходили из того, что три основные составляющие функционального психоэмоционального состояния – самочувствие, активность и настроение могут быть охарактеризованы полярными оценками, между которыми существует континуальная последовательность промежуточных значений.

Самочувствие рассматривается как комплекс субъективных ощущений, отражающих степень физиологической и психологической комфортности состояния человека, направление мыслей чувств и т.п. В рамках нашего исследования у лиц с ограниченными возможностями здоровья отмечается высокий уровень самочувствия – 100%, средний и низкий уровень самочувствия у испытуемых не наблюдается. Мы видим, что наши респонденты включены в работу, имеют много энергии и сил. Следовательно, это говорит о благоприятном состоянии испытуемых.

Дальше мы видим, что у лиц с ограниченными возможностями здоровья отмечается высокий уровень активности – 80%. Это говорит о том, что люди с ограниченными возможностями здоровья очень энергичны, инициативны и более динамичны. Все это свидетельствует о благоприятном состоянии испытуемых. Средний уровень активности у испытуемых не наблюдается, а вот низкий уровень активности отмечается у 20%. Это ха-

рактируется усталостью или переутомлением, то есть указывает на наличие проблем в состоянии испытуемых.

Активность является одной из сфер проявления темперамента, которая определяется интенсивностью и объемом взаимодействия человека с физической и социальной средой. По этому параметру человек может быть инертным, пассивным, спокойным, инициативным, активным или стремительным.

Далее мы видим, что высокое значение настроения имеют 90%. Это говорит о том, что чаще всего у них доминирует отличное настроение, они приветливы, легко перестраиваются при изменении ситуации. Следовательно, это говорит о благоприятном состоянии испытуемых. Среднее значение настроения имеет 10%. У таких людей доминирует хорошее настроение, они медленней перестраиваются в изменившихся условиях и не всегда могут проявить дружелюбность. Все это указывает о нормальном состоянии испытуемых. Низкое значение настроения у респондентов не наблюдается.

Настроение рассматривается как сравнительно продолжительное, устойчивое состояние человека, которое может быть представлено как: эмоциональный фон (приподнятое, подавленное). Настроение является эмоциональной реакцией не на непосредственные последствия конкретных событий, а на их значение для субъекта в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий.

Эти результаты могут свидетельствовать о том, что у большинства респондентов эмоциональное состояние находится на высоком уровне.

На основании полученных результатов можно сделать вывод, что индивиды с высоким уровнем самочувствия, активности и настроения склонны к хорошему настроению, постоянной активности и чувствуют себя отдохнувшими. Но у инвалидов со средним уровнем настроения обычно преобладает переменчивое настроение, либо такой человек сам не в состоянии оценить свое настроение как хорошее или плохое. И наоборот, инвалиды с низким уровнем активности, как правило, чувствуют усталость.

Данный факт свидетельствует о том, что эмоциональное состояние оказывает существенное влияние на психику поведение и деятельность человека.

Заключение. Таким образом, можно сделать вывод, что одной из актуальных проблем современного общества является проблема эмоционального состояния молодых инвалидов. Анализ результатов методики показал, что у респондентов показатель эмоционального состояния достаточно высокий, что свидетельствует о благополучном психологическом состоянии.

Эмоциональное благополучие является основным фактором психического благополучия. Отношения с другими людьми и физическое здоровье во многом зависят от психического здоровья. Психическое здоровье оказывает огромное влияние на то, как человек чувствует себя физически.

Эмоциональное состояние сильно влияет на жизнедеятельность молодых инвалидов, ведь если оно будет отрицательным, то их психическое состояние ухудшится, тем самым это приведёт к ухудшению здоровья или может привести к различным заболеваниям. Поэтому просто необходимо, чтобы их эмоциональное состояние было положительным. Ведь если их эмоциональное состояние будет положительным, то это не приведёт к различным проблемам. То, что им нужно, так это просто быть рядом, давать им поддержку и надежду, а самое главное общаться, чтобы они не чувствовали себя одинокими.

Список использованных источников

1. Цыганкова, А.И. Социальный отчет на 01.01.2022 года по организациям / А.И. Цыганкова // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://beloi.by/o-ezhegodnom-otchete-oo-beloi-2022/soczialnyj-otchet-na-01-01-2022-goda-po-organizacziyam-oo-beloi/> – Дата доступа: 19.03.2023.
2. Рогова, И.М. Влияние эмоционального состояния человека на его физическое здоровье / И.М. Рогова // [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/325496/>. – Дата доступа: 19.03.2023.

УДК 37.2

РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ ВО ВНУТРЕННЕЙ МОНГОЛИИ

Ян Юй, Н.Ю. Андрущенко

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова
(e-mail: andru-natalya@yandex.by)

За последние годы в социальной работе был накоплен определенный практический опыт. Улучшилась система подготовки по специальности «социальная работа». Но по-прежнему ощущается нехватка профессиональных кадров. Кроме того, недостаточно интенсивно развивается сеть учреждений, предоставляющих социальные услуги местному населению. Наблюдается нехватка государственного финансирования системы социальной работы. Данные факторы ограничивают активное развитие социальной работы. Вместе с тем, повышение экономического уровня жизни детерминирует потребность общества в социальных работниках.

Цель данной работы – выявить проблемы развития социальной работы во Внутренней Монголии.

Материал и методы. В процессе исследования использовались теоретические методы (анализ, сравнение, обобщение, систематизация); анкетный опрос и методы математической обработки данных.

В качестве респондентов выступили 20 граждан Внутренней Монголии в возрасте от 20 до 50 лет. Анкетирование проходило в электронном виде на Gogol-платформе.