

КУЗЬМЕНКО ЮЛІЯ ВОЛОДИМИРІВНА,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогічних наук, професійної
та початкової освіти,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

ЛИСЮК ОКСАНА ЛЕОНІДІВНА,
студентка спеціальності «Психологія»,
освітнього рівня «Магістр»,
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ДІТЕЙ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Анотація. У статті виділено та проаналізовано особливості формування стресостійкості дітей внутрішньо переміщених осіб. Розкрито різноманітні погляди та підходи науковців до вивчення даної проблематики. Досліджено особливості стресостійкості у дітей внутрішньо переміщених осіб.

Ключові слова: стрес, стресостійкість, ВПО, воєнний конфлікт, психоемоційні проблеми.

Annotation. The article highlights and analyzes the features formation of stress resistance of children of internally displaced persons. Various views and approaches of scientists to study are revealed of this issue. Peculiarities of stress resistance in children were studied internally displaced persons.

Key words: stress, stress resistance, Internally displaced persons, military conflict, psycho emotional problems.

Актуальність дослідження. Сьогодні для України настали важкі часи. Війна стала серйозним випробуванням для українців. У результаті трагічних подій величезна кількість українців залишилася без житла, отримали фізичні та психічні травми, позбулися засобів для існування та доступу до медичної допомоги.

Діти, які стали свідками воєнних подій та були змушені змінити місце свого проживання зазнали значного стресу. І якщо травмована дитина вчасно не отримує допомоги, нормальний перебіг її психічного розвитку кардинально порушується, що у подальшому зумовлює

істотні негативні наслідки для психіки вже у дорослому віці, і психічне здоров'я цілого покоління опиняється під загрозою.

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми. Аналіз психолого-педагогічної літератури засвідчив наявність наукових пошуків з проблеми стресу, травми та посттравматичного стресового розладу (Г. Сельє, Н. Тарабріна та ін.). Прояви стресу досліджувались у дітей та підлітків з типовим (М. Магомед-Емінов, І. Нікольська, К. Ясперс та ін.) та порушеним розвитком (І. Карауш, Н. Макарчук, Н. Михайлова, О. Орлов). Дослідження стресостійкості у дітей, що пережили несприятливі життєві події внаслідок війни, насильства, бідності (Р. Апфеля, М. Кірсе, А. Мастена, Д. Неїла, М. Селігмана, М. Унгара та ін.).

Мета наукової публікації: полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні особливостей формування стресостійкості дітей внутрішньо переміщених осіб.

Завдання статті:

1. Здійснити теоретичний аналіз поняття «стресостійкість» в сучасних психологічних дослідженнях.
2. Дослідити особливості стресостійкості у дітей внутрішньо переміщених осіб.

Методи та методики дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано такі методи:

- теоретичні методи: аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація теоретичних даних;
- емпіричні методи: методика «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Лемура-Тесьє-Філліона), методика «Експрес-діагностика схильності до немотивованої тривожності» (В. Бойко), тест на визначення стресостійкості особистості (Н. Кіршева, Н. Рябчикова).

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогоднішня ситуація в країні є досить складною, оскільки війна триває, а час її завершення досить непередбачуваний. Через ситуацію в Україні багатьом родинам довелося терміново змінювати своє місце проживання. Сотні тисяч людей покинули домівки та тимчасово переїхали в інші регіони нашої країни та за кордон.

Люди, які змінили своє місце проживання зіштовхнулися з необхідністю подолання стресу, страху, невіри, розпачу, агресії, щоб продовжувати своє життя в нових умовах.

Особливо стресовою і травматичною ситуацією ці події стали для дітей, які змушені були змінити місце проживання. Діти – це найбільш вразлива категорія населення, вони є більш чутливими до впливу несприятливих чинників навколишнього середовища ніж дорослі. Травматичні та стресові чинники впливають на дитину в період її розвитку, порушуючи при цьому її звичні процеси формування і становлення особистості, міжособистісні стосунки, змінюють перебіг когнітивних процесів, поведінку, самооцінку.

Вивчення стресу має давню історію, під час якої вивчалися різні його аспекти, чинники та механізми. У перекладі з англійської стрес – це напруга. Всесвітня організація охорони здоров'я прийняла наступне визначення: «Стрес – це неспецифічна реакція організму на будь-яку вимогу, що до нього пред'являється. Стрес – це відповідь на загрозу, реальну чи уявну».

Г. Ришко під стресостійкістю розуміє здатність витримувати великі навантаження і успішно вирішувати завдання в екстремальних ситуаціях (Ришко, Г. М., 2013).

Я. Овсяннікова зазначає, що стресостійкість характеризує стан психічного, фізичного і емоційного виснаження, яке викликано тривалою включеністю в напружені і значущі ситуації (Овсяннікова, Я. О., 2009).

В. Тол, проводячи дослідження розвитку стресостійкості в дітей, які постраждали від воєнних конфліктів, зазначив, що сприятливий соціоекологічний контекст – це один з найголовніших чинників ефективної сформованості стресостійкості в умовах бойових дій.

Метою емпіричного дослідження було вивчення особливостей формування стресостійкості у дітей внутрішньо переміщених осіб. У дослідженні взяло участь 60 підлітків. Згідно результатів проведеного дослідження:

- методика «Шкала психологічного стресу PSM-25» (Лемура-Тесьє-Філліона): низький рівень психологічного стресу – 18,3%, середній рівень психологічного стресу – 48,3%, високий рівень психологічного стресу – 33,4%;
- методика «Експрес-діагностика схильності до немотивованої тривожності» (В. Бойко): низький рівень немотивованої тривожності – 20%, середній рівень немотивованої тривожності – 48,3%, високий рівень немотивованої тривожності – 31,7%;

- тест на визначення стресостійкості особистості (Н. Кіршева, Н. Рябчикова): низький рівень стресостійкості – 36,7%, середній рівень стресостійкості – 45%, високий рівень стресостійкості – 18,3%.

Узагальнюючі проведенний аналіз, визначимо:

1) Чинники, які сприяють стресостійкості:

- позитивний емоційний фон;
- особливості особистості – саморегуляція, готовність активно діяти, вміння знайти нові ланки соціального зв'язку;
- досвід, спосіб реагування, те як особистість поводить себе в конкретний момент, в конкретній ситуації;
- наявність функціональних можливостей;
- схвалення діяльності з боку соціального оточення.

2) Чинники, які негативно впливають на дію стресогенних факторів:

- велика тривалість стресогенного впливу, що виснажує адаптивні можливості організму;
- недостатній рівень необхідної інформації, почуття безпорадності перед проблемою;
- надмірний вплив стресогенних чи фізичних факторів, що перевищують адаптаційні можливості;
- індивідуально-психологічні особливості.

Висновок. Отже, стресостійкість – здатність людини, яка емоційно збуджена, зберігати спрямованість своїх дій, контролювати вираження емоцій, успішно вирішувати складні завдання в напружених обставинах, застосовувати адекватні способи дій, адекватно аналізувати умови своєї діяльності.

Формування стресостійкості у дітей ВПО допомагає подолати їм негативні наслідки стресових ситуацій, уберегти від дезінтеграції, дезадаптації та різноманітних поведінкових і психосоціальних розладів, створити основу для внутрішньої гармонії, високої працездатності, успішної життєдіяльності і зберегти психічне здоров'я.

Перспективами подальшого дослідження є розробка програми з формування стресостійкості у дітей внутрішньо переміщених осіб.

Список використаних джерел:

1. Ришко, Г. М. (2013). *Основні концептуальні теорії та підходи до вивчення феномена стресостійкості особистості*. Проблеми сучасної психології. Київ [українською мовою].
2. Овсяннікова, Я. О. (2009). *Теоретико-методологічні підходи до аналізу понять емоційної, психологічної стресостійкості*. Проблеми екстремальної та кризової психології. Київ [українською мовою].

РОМАНОВСЬКА ДІАНА ДОРМІДОНТІВНА,
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи; завідувач науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи Інституту безперервної педагогічної освіти Чернівецької області

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЯК НАПРЯМОК ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ

Анотація. В статті розкриваються особливості соціально-психологічної реабілітація як значимого напрямку діяльності фахівців психологічної служби.

Ключові слова: соціально-психологічна реабілітація, психологічна служба, психологія

Annotation. The article reveals the peculiarities of social and psychological rehabilitation as a significant field of activity of psychological service specialists.

Keywords: socio-psychological rehabilitation, psychological service, psychology

Пандемія COVID-19, повномасштабна війна порушила усталений, звичний режим роботи закладів освіти, зробила більш уразливими