

3. Засекіна, Л. В. Засекін С. В. Психолінгвістична діагностика: навч. посіб. Луцьк: РВВ «Вежа» ВНУ ім. Лесі Українки, 2008. 188 с
4. Піроженко Т. О. Комунікативно-мовленнєвий розвиток дошкільника. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 152 с.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

УДК 159.9:17.023.34

Вногченко Наталія Миколаївна

Здобувачка вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Шпортун Оксана Миколаївна

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Актуальність дослідження. В умовах воєнного часу проблема психічного здоров'я молоді є надзвичайно актуальною. В таких обставинах молодь постійно перебуває в стані тривоги, що безпосередньо впливає на її психічне здоров'я. Це сприяє розвитку психічних розладів, впливає на функціональність постраждалих осіб та спричиняє різноманітні психосоматичні симптоми. Сьогодні молоді люди перебувають під значним емоційним тиском через вплив воєнних подій. Адже війна руйнує не тільки фізичне середовище, вона впливає на внутрішній світ людей, які її переживають, особливо молоді, яка є вкрай вразливою до таких стресових факторів. Активний вплив цих подій на психіку молоді призводить до постійного стресу та страху за своє майбутнє, а також відчуття постійної невизначеності та нестабільності. Тому воєнні події значно підвищують ризик розвитку тривожних розладів, наслідки яких можуть тривати і після закінчення війни.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні взяли участь 60 респондентів у віці 17-23 років, студенти I-III курсів різних спеціальностей закладів вищої освіти м. Вінниця. Молодь з усвідомленням ставиться до проблеми тривоги, що підтверджується високим рівнем уваги до власних результатів опитування. Експеримент проводився в дистанційному форматі, де всі респонденти могли пройти опитування онлайн за власним бажанням і надати результати для подальшого аналізу та формування висновків. Для даного дослідження нами було обрано такі методики: Методика «Спілбергера-Ханіна оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (STAI)»; Методика «Шкала тривожності Тейлора» (адаптація Т.А. Немчинова); Методика «Шкала тривожності Бека (BAI)»; Методика «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком).

Першим кроком у вивченні тривожності серед студентської молоді було застосування методики «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності за Спілбергером-Ханіним (STAI)». Отримані результати показали, що середнє значення ситуативної та особистісної тривожності складає відповідно 32% та 53%. За результатами дослідження виокремлюється тенденція до емоційних реакцій, спрямованих на зовнішні фактори, або навпаки. Таким чином, студенти з високим рівнем інтернальності, ймовірно, проявляють високі показники особистісної тривожності, тоді як екстернали, навпаки, мають високі показники ситуативної тривожності [2]. Дослідження показало, що існує певна вікова тенденція рівня індивідуальної тривожності.

За допомогою методики «Шкала тривожності Бека (BAI)» було встановлено, що найбільш значущу частку серед респондентів складають ті, чії показники на середньому рівні тривожності становлять 43%, менша частка – 39%, а лише 18% мають високі значення. Отримані результати свідчать про те, що молоді люди переживають кризу ідентичності, що впливає на рівень тривожності як у ситуаціях, пов'язаних з подіями в умовах війни, так і в особистісному плані через їхні внутрішні переконання та дитячі установки.

Для подальшого дослідження та підтвердження достовірності даних було використано методику «Шкала тривожності Тейлора». На основі методики отримані такі результати: лише 2% респондентів мали низький рівень тривожності, що свідчило про їх здатність справлятися зі стресом. У 23% випадків середній рівень тривожності мав тенденцію до зниження, у 24% - до зростання.

Зауважимо, що 38% респондентів показали високий рівень тривожності, що є найвищим результатом на першому курсі. Це проявлялося експресивністю та стрімкими змінами настрою, що негативно впливає на їхню продуктивність, спілкування та взаємодію з іншими.

Також варто зазначити, що 13% відповідей свідчили про високий рівень стурбованості стосовно цього періоду життя. Загальною тенденцією є те, що більшість молодих людей мають середні рівні тривожності з різними тенденціями (зниження або підвищення) [3].

Отримані результати за методикою «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка дозволяють зробити наступні висновки: стани тривожності (52%) та ригідності (52%), мають середній рівень вираженості, що свідчить про відсутність явних проявів цих станів у досліджуваних.

Натомість, середній рівень агресивності підвищений у 32% респондентів, високий — у 23%. Загалом спостерігається зростання агресії серед молоді при задовільному психоемоційному стані та відсутності негативних психологічних станів [2].

Висновки. Можемо зробити висновок, що дослідження рівня тривожності серед студентської молоді за методиками Спілбергера-Ханіна (STAI) та Шкалою тривожності Бека (BAI) виявило важливі аспекти емоційного стану молодих людей. В умовах війни, розвиток психологічної стійкості та адаптивності стає надзвичайно важливим.

Проблема тривожності серед молоді є актуальною і вимагає комплексного підходу до її вирішення, включаючи підвищення соціальної підтримки, розвиток мотивації та відповідальності.

Список використаної літератури:

1. Амплеева О.М., Плужник А.Ю. Дослідження тривожності як першої емоційно-ситуативної реакції у період студентського віку. Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2022. Том 33 (72). № 6
2. Волошок, О.В. Психологічний аналіз проблеми тривожності особистості / О. В. Волошок // *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. 2010. Вип. 10. С. 120–128.
3. Килимчук, В.М. Тривога під час війни та її наслідки // *Медична газета «Здоров'я України 21 сторіччя»*. 2022. № 9 (526). С. 46–47.
4. Царькова, О.В. Теоретичні аспекти прояву психологічного феномену тривожності // *Актуальні проблеми психології. Серія «Екологічна психологія»*. 2018. Т. 7, вип. 38. С. 73–79.

ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА ЗНИЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

УДК: 159.923.2:614.894-364-787.3

Говоров Дмитро Миколайович

Здобувач вищої освіти факультету публічного управління,
соціальних та природничих наук, спеціальності 053 «Психологія»

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Томчук Михайло Іванович

доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Актуальність дослідження. Внутрішньо-переміщені особи (ВПО) в Україні стикаються зі складними соціально-економічними та психологічними викликами, які виникають внаслідок військових дій. Тривога є одним