

Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Факультет спеціальної освіти та соціально-гуманітарних наук
Кафедра психології та соціальної роботи

КВАЛІФІКАЦІЙНА (МАГІСТЕРСЬКА) РОБОТА

Психологічна корекція тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в
умовах війни

Виконала студентка групи Пм-2
спеціальності 053 Психологія
Фуріна Олена Анатоліївна
Керівник: Галієва О. М.
Рецензент: Крошка Н. П.
Нормоконтроль: _____ Поліна Бондар

Запоріжжя
2024

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 104 с., 10 рис., 91 джерело, 5 додатків. Об'єкт дослідження: тривожні стани внутрішньо переміщених осіб. Мета роботи: здійснення теоретико-методологічного аналізу та проведення емпіричного дослідження проблеми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни. Методи дослідження: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, систематизація, класифікація узагальнення); емпіричні (констатувальний, формувальний та контрольний експерименти); статистичні (кількісна та якісна обробка даних).

Вже дев'ятий рік поспіль Україна знаходиться в умовах війни. Наслідком війни росії проти незалежної України є поява низки соціальних криз, однією із яких є внутрішнє вимушене переміщення населення із прифронтових та тих територій, де ведуться бойові дії. Щоденно внутрішньо переміщені особи стикаються із труднощами, які виникають у процесі життєдіяльності. Серед психологічних проблем, які проявляються у даній категорії осіб спостерігається поява кризи ідентичності, зниження толерантності, самооцінки, впевненості в собі, спотворене сприйняття оточуючих людей, різноманітні емоційно-поведінкові реакції від байдужості тощо. Більшість внутрішньо переміщених осіб тривалої психологічної допомоги. Відповідно до таких проблем та потреб основними стратегічним викликами нашої держави є створення умов для отримання психологічної допомоги і реабілітації внутрішньо переміщених осіб; створення умов для організації психосоціальної підтримки на робочому місці для внутрішньо переміщених осіб, які працевлаштувалися за новим місцем проживання.

ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНІ ОСОБИ, ТРИВОЖНІ СТАНИ,
ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дев'ятий рік поспіль Україна знаходиться в умовах війни. Наслідком війни росії проти незалежної України є поява низки соціальних криз, однією із яких є внутрішнє вимушене переміщення населення із прифронтових та тих територій, де ведуться бойові дії.

Наприклад, за даними Організації об'єднаних націй, у травні 2015 року були офіційно зареєстровані 1 млн. 300 тисяч внутрішньо переміщених осіб, в тому числі 173 тисячі дітей [64]. Згідно даних Міністерства соціальної політики України [15], кількість осіб, переселених із окупованих територій України в інші регіони нашої країни, станом на 7 лютого 2022 року, налічувало 1 478 573 осіб, 6 січня 2023 року цей показник сягнув 4 855 344 осіб, а на 14 серпня 2023 року в Україні зареєстровано 4 867 106 осіб, які покинули своє місце проживання внаслідок війни росії проти незалежної України. Тобто кількість внутрішньо переміщених осіб зросла майже у 5 разів від початку війни.

Щоденно внутрішньо переміщені особи стикаються із труднощами, які виникають у процесі їх життєдіяльності. Серед основних є проблеми розміщення, забезпечення належних умов проживання, працевлаштування, психологічні проблеми та ін. [61]. Серед психологічних труднощів, які проявляються у даній категорії осіб спостерігається поява кризи ідентичності, зниження толерантності, самооцінки, впевненості в собі, спотворене сприйняття оточуючих людей, різноманітні емоційно-поведінкові реакції від байдужості, втрати інтересу до життя і загальмованості, до дратівливості, агресивності, спалахів гніву, депресії тощо. Більшість людей, що втратили звичний спосіб життя, домівки, близьких потребують тривалої психологічної допомоги. Відповідно до таких проблем та потреб основними стратегічними викликами нашої держави є створення умов для отримання психологічної

допомоги і реабілітації внутрішньо переміщених осіб, зокрема дітей; створення умов для організації психосоціальної підтримки на робочому місці для внутрішньо переміщених осіб, які працевлаштувалися за новим місцем проживання. Сформульовані тези репрезентовані в Стратегії державної політики щодо внутрішнього переміщення на період до 2025 року та затвердження операційного плану заходів з її реалізації у 2023- 2025 роках [62].

До вирішення проблеми пошуку вдалих стратегій щодо психосоціальної підтримки внутрішньо переміщених осіб вдавалися вчені. Наприклад, дослідження особливостей переживань та психічних станів вимушених переселенців представлено в низці робіт: Р. Аніс, Дж. Бері, Дж. Вестермайєр та ін. Специфіку соціально-психологічної адаптації вимушено переміщених осіб та психологічні проблеми з якими вони стикаються визначено в роботах О. Соколової, Н. Завацької, М. Панова, Л. Шайгерової та ін.

Відповідно до викладеної актуальності нами було сформульовано певне протиріччя між необхідністю подолання тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни та пошуках ефективних засобів їх корекції у даної категорії осіб. Розв'язання такого протиріччя має досягатися шляхом цілеспрямованої діяльності.

З огляду на останню сформульовану тезу та в результаті критичного огляду проблеми тема дослідницької роботи визначена в наступній редакції: «Психологічна корекція тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни».

Відповідно до теми дослідження нами було сформульовано об'єкт, предмет, мету та завдання.

Об'єкт дослідження: тривожні стани внутрішньо переміщених осіб.

Предмет дослідження: процес психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни.

Метою дослідження є здійснення теоретико-методологічного аналізу та проведення емпіричного дослідження проблеми психологічної корекції

тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни.

Відповідно до сформульованої мети нами були поставлені наступні **завдання**:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз наукової літератури щодо вирішення проблеми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни.

2. Підібрати діагностичний інструментарій щодо визначення рівня прояву тривожних станів внутрішньо переміщених осіб.

3. Розробити та апробувати програму психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб.

4. Визначити ефективність програми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб.

Методи дослідження:

– теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, систематизація, класифікація узагальнення;

– емпіричні: констатувальний, формувальний та контрольний експерименти;

– статистичні: кількісна та якісна обробка даних.

Теоретичне значення роботи полягає в узагальненні наукового матеріалу з проблеми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни.

Практичне значення результатів дослідження полягає у розробці та апробації програми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни.

Апробація результатів дослідження відбулася на IV Міжнародній науково-практичній конференції студентів та молодих вчених «Освітні і культурно-мистецькі практики в контексті інтеграції України у міжнародний науково-інноваційний простір умовах воєнного часу» (м. Запоріжжя, 13–14

травня 2023 р.) [87].

Структура та обсяг роботи: робота складається з: вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (91 найменування) та додатків. Загальний обсяг роботи – 104 сторінок, основний зміст – 67 сторінки

ВИСНОВКИ

За результатами дослідження проблеми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни нами було здійснено низку узагальнень:

1) у внутрішньо переміщених осіб виявляються криза ідентичності, зниження толерантності, самооцінки, впевненості в собі, спотворене сприйняття оточуючих людей, різноманітні емоційно-поведінкові реакції від байдужості, втрати інтересу до життя і загальмованості, до дратівливості, агресивності, спалахів гніву, депресії тощо. Окрім того, внутрішньо переміщені особи в Україні, як зазначають дослідники, мають специфічний набір соціально-психологічних характеристик. Вони переживають: постійний стрес (внаслідок отриманої інформації щодо близьких та рідних, що залишилися в «сірій зоні» чи в зоні бойових дій); підвищену тривожність і страх, невпевненість у майбутньому; гіперболізоване відчуття справедливості (будь-яка затримка соціальних виплат інтерпретується не лише як порушення прав, а і як особиста образа); вони нерідко перебувають у конфронтації з місцевими мешканцями внаслідок почуття відчуженості і навіть ворожості; фіксуються на втратах; обмежують комунікації скаргами на неналежний сервіс та ін.

Тривожний стан – це постійне патологічне переживання людини, яке виникає не на конкретний гострий чинник, а на постійні рутинні проблеми. Людина перетворює власне життя на суцільний жах постійні переживання та нескінченну тривогу;

2) забезпечити стійку психологічну декомпресію, пом'якшити наслідки воєнної травматизації внутрішньо переміщених осіб має психологічна корекція. Тому ми розглядатимемо її як вагому складову процесу відновлення і підтримання психологічного здоров'я особистості, її здатності відчувати

психологічний добробут. Психологічна корекція визначається як тактовне втручання в процес особистісного розвитку людини з метою виправлення відхилень.

3) для визначення рівня проявів тривожності внутрішньо переміщених осіб нами застосовано тест Спілбергера-Ханіна, що дало змогу вирахувати рівень помірної тривожності в опитуваних респондентів.

Опитувальник Тейлора застосовано для вимірювання проявів тривожності. Серед опитаних високий рівень тривожності спостерігається у 8 % ВПО (середній бал- 36,25). Характерними ознаками даного рівня є неясне, незрозуміле самій людині почуття зростаючої небезпеки, передчуття катастрофи, напружене очікування трагічного результату. Тривога супроводжується руховими збудженнями, тривожними вигуками, відтінками інтонацій, перебільшеними виразними актами. Вище середнього з балом 25,43 рівень тривожності спостерігається у 14% респондентів. Середній показник виявлено у 16% опитаних переселенців (середній бал склав 22). Рівень тривожності нижче середнього виявлено у 54% (середній бал- 17,96). Низький рівень тривожності виявлено у 8% (середній бал 14,75). Він властивий досліджуваним, що характеризуються станом байдужості, повної інтерферентності до подій, що відбуваються, до оточуючих, до свого власного становища, минулого життя, перспектив на майбутнє. Наявність такого рівня може свідчити про активність особи, надмірний рівень розгальмованості особистості або з тим, що нові умови проживання виявилися значно кращими за попередні.

Для диференційованої оцінки особливостей власного стилю життя, потреб, мотивів, установок, ціннісних орієнтацій індивіда з метою визначення їх позитивного або негативного впливу на загальнопсихологічний стан в роботі використано «Індекс життєвої задоволеності» Б. Ньюгартен.

Показник життєвої задоволеності досліджуваних становить 22,6 бали, що відповідає рівню «нижче середнього» і це означає, що після травматичних подій, які відбулися у зв'язку зі збройним конфліктом, багато хто з них

перебуває в постійному стресовому стані та може переживати нові психологічні травми, пов'язані з переїздом і влаштуванням на новому місці, встановлені нових стосунків. У одних це виражається в сильній тривозі і хвилюванні, а в інших – у спалахах гніву, часто без видимої причини. 3) із метою зниження рівня прояву тривожних станів розроблено та апробовано в експериментальній групі програму психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб. Програма включала чотири етапи: діагностичний; установчий; корекційний етапи та етап оцінки ефективності. Загальна кількість занять, які включали такі модулю – 10. Орієнтовний час реалізації кожного заняття – 60 хвилин. Бажана кількість занять на тиждень – 2.

Отже, у результаті проведеної дослідно-експериментальної роботи мету дослідження досягнуто, розв'язано всі поставлені завдання. Однак, здійснене дослідження не висвітлює усіх аспектів проблеми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб в умовах війни. Перспективи подальшої роботи вбачаються у вдосконаленні розробленої програми психологічної корекції тривожних станів внутрішньо переміщених осіб.