

PSYCHOTHERAPEUTIC ASPECTS OF INDIVIDUAL REHABILITATION PROGRAMS FOR PERSONS
WITH CHRONIC PHYSICAL ILLNESSES AND WAYS TO IMPROVE ITS EFFICIENCY

A.V. Ipatov, B.V. Mikhailov, S. M. Moroz

The article justified and described a new solution to a scientific problem of improving the rehabilitation of disabled persons with chronic physical illness to include a set of diagnostic, therapeutic and rehabilitation measures of psychotherapeutic effects on the psychological component of the rehabilitation potential disabilities in all phases of the individual rehabilitation program.

Key words: psychotherapy, disability, potential for rehabilitation, individual rehabilitation program.

Поступила 18.10.2009

УДК 159.964.21

О.М. Макаренко, М.О. Голубева, А.М. Лавренчук

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ОСОБЛИВОСТЕЙ
НАВЧАННЯ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

ДВНЗ Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Г. Сковороди;
Національний університет «Києво-Могилянська академія», м. Київ

Ключові слова: адаптація першокурсників, навчання у ВНЗ, адаптованість.

Актуальність дослідження. Навчання у вищому навчальному закладі (ВНЗ) для сучасної молоді людини — один з найважливіших періодів її життєдіяльності, особистісного зростання та становлення як фахівця. Пошук шляхів успішної адаптації до соціальних умов, що докорінно змінилися, та нової діяльності є нагальною проблемою для кожного, хто вступив до ВНЗ [3]. Відповідно до Болонської конвенції в Україні з 2005 року здійснюється перехід на новітні моделі навчання, істотно змінюються навчальні плани, форми організації занять, критерії оцінювання знань, впроваджуються нові педагогічні технології та стандарти освіти. Основний вид діяльності студента — професійне навчання стає більш складним за формами та змістом, а тому підвищуються вимоги до особистості. У контексті розгортання цієї тенденції для особистості психологічно важливо піти шляхом адекватної самозміни, саморозвитку та самореалізації [3].

Здатність адаптуватися, долати труднощі, віднайти своє місце у життєвому просторі є вирішальним чинником вдалого розвитку молоді людини, а в майбутньому — фахівця з вищою освітою. У ВНЗ процес навчання першокурсників налагоджується непросто, характеризується великою динамічністю психічних процесів і станів, які зумовлені зміною соціального середовища. Зокрема, вступ до навчального закладу у значної частини молоді супроводжується дезадаптацією, що спричинена новизною студентського статусу, відсутністю референтної групи, підвищеними вимогами з боку професорсько-викладацького складу, напруженістю та жорстким режимом навчання, збільшенням обсягу самостійної роботи та організації загалом. Усе це вимагає від першокурсника значної

мобілізації всіх можливостей для успішного входження у нове оточення задля якісно іншого ритму життя [8, 9].

Стан розробленості проблеми. Актуальним проблемам адаптації молоді до нових умов життєдіяльності та стосунків у соціальній групі присвячені праці вітчизняних дослідників (В.Л. Кікоть, В.А. Петровський, О.В. Симоненко, Т.В. Середа, О.І. Гончаров, А.Д. Ерднієв, М.І. Лісіна, А.В. Фурман) та зарубіжних учених (Е. Еріксон, Д. Клаузен, З. Фройд та ін.). В окремих психологічних дослідженнях вирішуються питання адаптації молоді до навчання у ВНЗ (О.І. Борисенко, А.В. Захарова, А. Кан-Калік, М.В. Левченко, О.Г. Мороз, В.С. Штифурак та ін.). Увага дослідників в основному зосереджена на вивченні різноманітних факторів, у тому числі й особистісних властивостей, які спричинюють процес дезадаптації першокурсників [1, 2, 10, 12].

Виклад основного матеріалу. Під соціально-психологічною адаптацією більшість учених розуміють пристосування індивіда до нових умов соціального довкілля та результат цього процесу. Уміння адаптуватися за різних умов життя, нових вимог та соціального статусу характеризує процес становлення і розвитку особистості, її професійного зростання. У разі ж її дезадаптації порушується не лише особистісно-професійний розвиток, а й знижуються психофізіологічні можливості організму, частішими стають розлади здоров'я.

Особливу вагомість адаптаційні процеси набувають за умов зміни середовища життєдіяльності, зокрема на початкових етапах навчання юнаків і дівчат у ВНЗ. Ці процеси вимагають від молоді лю-

дини активації механізмів адаптації та часто призводять до стану психологічного перенапруження.

Психологічна адаптація розглядається як один із провідних чинників і як необхідна умова соціалізації. Саме так підходив до цього питання психолог Л.С. Виготський, аналізуючи процес входження дитини у нові соціальні ситуації та процес формування у неї певного ставлення до суспільного оточення. Тобто, зароджуючись у безпосередніх соціальних контактах дитини з дорослими, вищі психічні функції згодом «врастають» в її свідомість. За цих умов розгортаються процеси інтеріоризації соціальних норм і вимог соціально значущої поведінки у внутрішній план її індивідуальної активності. А це, в свою чергу, приводить до формування все нових і нових властивостей особистості, які виступають психологічними засобами побудови більш досконалих стратегій діяльності, досягнення особистістю вищих рівнів соціалізації [6].

У теорії психологічної адаптації, як правило, виділяють такі етапи розгортання адаптаційних процесів людини: усталена адаптація, переадаптація, дезадаптація, реадаптація (Лебедев І.І.). Звичайно, вичерпно скористатися даними про ці етапи у системі освіти немає змоги. Проте, саме ідея етапності адаптації варта найпильнішої уваги. Зокрема, перший висновок, який було зроблено в результаті аналізу проблеми, полягає у тому, що успішність адаптації залежить від того, яка спеціальна виховна робота із студентами здійснюється педагогічним колективом у першому семестрі. Це дає змогу визначити два етапи психічної адаптації тих, хто навчається: пропедевтичний і поточний (основний), на кожному з яких необхідно забезпечити організаційні та психолого-педагогічні умови ефективного розгортання різномірних адаптаційних процесів.

У цілому, під процесом адаптації будемо розуміти складну систему перетворень, що відбуваються з людиною відповідно до змін умов її життя, внаслідок яких виникають певні якості: адаптованість та адаптивність. Адаптованість можна трактувати як безпосередній результат цих перетворень, тобто стан узгодження наявних якостей і вимог середовища.

Адаптивність виступає як інтегрована особистісна якість, що забезпечує здатність людини до подальших перетворень [7]. Результат процесу адаптації — адаптованість людини до певної системи. Адаптування йде водночас на декількох ієрархічних рівнях, кожний з яких може мати власні тенденції та темпи. У зв'язку з цим це явище розрізняється на різних ступенях — від біологічного до соціального. Соціальний ступінь виник у людському суспільстві та має складнішу структуру у порівнянні з попередніми його біологічними формами. Це специфічне суспільне явище, в основі якого лежить взаємодія між суспільним об'єктом і соціальним об'єктом — умовами його суспільного існування. Суб'єктом соціальної адаптації є людина, особистість як індивідуальне буття соціальних стосунків. Як об'єкт адаптації особистості виступають соціальні умови [10].

Аналіз науково-педагогічних, психологічних досліджень цієї проблеми дає змогу виділити низку понять.

На нашу думку, професійна адаптація у ВНЗ — це психологічне поняття, що розкриває процес залучення особистості до опанування знань, умінь, навичок, ключових компетенцій, необхідних для майбутньої професії. Ми вважаємо, що дидактична адаптація — це психолого-педагогічне поняття, що показує процес пристосування тих, хто вчиться, до нових для них умов, процесів спілкування та технологій навчання. Пристосування може проходити як відносно швидко, так і відносно повільно. Оперативна адаптація залежить, по-перше, від тісного зв'язку методів навчання між середньою школою та ВНЗ, по-друге, від розвитку самостійності та творчого мислення студентів, по-третє, від рівня зорієнтованості у вимогах до майбутньої професії та стійкого бажання оволодіти програмою ВНЗ. Соціальна адаптація — пристосування до нової соціальної групи, особистого стилю поведінки [4, 5, 11]. Дослідники частіше за все виділяють суспільно-політичну, професійну, соціально-психологічну, психофізіологічну, матеріально-побутову форми адаптації особистості.

Показниками особистісного рівня адаптації особистості можуть бути:

- зниження особистісного рівня тривожності;
- відсутність бажання змінити життєву ситуацію;
- домінування позитивних емоцій (оптимістична гіпотеза);
- впевненість у собі, у власних силах, у здатності вирішити проблеми свого життя;
- стійка адекватна самооцінка [12].

Під час проведення експерименту щодо дослідження рівня тривожності у студентів-першокурсників було використано опитувальник Ч. Спілбергера, який включає дві шкали: шкалу ситуативної тривожності; шкалу особистісної тривожності. Ми зробили особливий акцент на дослідження ситуативної тривожності як показника впливу сесії на рівень тривожності.

Щоб виявити характер і рівень емоційної напруженості, адаптації та емоційно-психологічної стійкості під час стресових (екстремальних) умов використано методіку «Прогноз» (розроблена Санкт-Петербурзькою військово-медичною академією).

При проведенні дослідження ми відібрали студентів-першокурсників, які склали дві групи: експериментальну (ЕГ) та контрольну (КГ). Загальна кількість студентів, що брали участь в експериментальному дослідженні — 40, по 20 осіб у кожній групі. Дослідження проходило у три етапи:

I етап — проведення діагностичного зрізу за вибраними методиками у досесійний період для збору початкових даних, що характеризують стрес та дезадаптацію;

II етап — діагностичний зріз під час початку першої сесії та проведення тренінгових, корекційних занять;

III етап — діагностичне дослідження впливу тренінгу на рівень тривожності.

У таблиці 1 представлені отримані у процесі діагностування студентів за методикою Ч. Спілбергера на всіх етапах експериментального дослідження дані.

Рівень тривожності	Досесійний період		Період дослідження		Після проведення тренінгу	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Високий	10	15	30	35	15	45
Середній	60	50	60	60	70	50
Низький	30	35	10	5	15	5

Як видно із наведених даних, у період навчання високий рівень тривожності мали 10% студентів в ЕГ та 15% у КГ. На початку семістри він зріс у два рази і становив 30% в ЕГ і 35% — у КГ. Після проведення тренінгових занять в ЕГ спостерігалось зменшення кількості студентів із високим рівнем тривожності. У КГ, де не проводилося тренінгових занять, відсоткові показники високого рівня тривожності збільшилися (рис. 1).

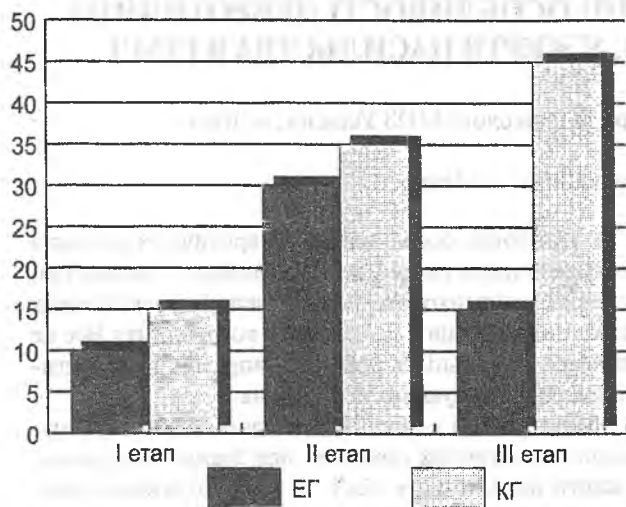


Рис. 1. Тривожність у студентів-першокурсників, визначена за методикою Ч. Спілбергера

При дослідженні емоційної напруженості, адаптації та емоційно-психологічної стійкості під час стресових умов за методикою «Прогноз» отримані такі результати: в ЕГ під час поточного навчання 40% студентів мали високий рівень стресової та емоційно-психологічної стійкості, а у КГ в той же період — 35%; на початку семістри в ЕГ показник високого рівня стійкості до стресу та емоційної напруги знизився до 15%, у КГ — до 20%; після проведення тренінгових занять в ЕГ рівень стресової та емоційної стійкості збільшився до 30%, в той час як у КГ зменшився до 5% (табл. 2, рис. 2).

Рівень тривожності	Досесійний період		Період дослідження		Після проведення тренінгу	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Високий	40	35	15	20	30	5
Середній	50	55	35	35	45	30
Низький	10	10	50	45	25	65

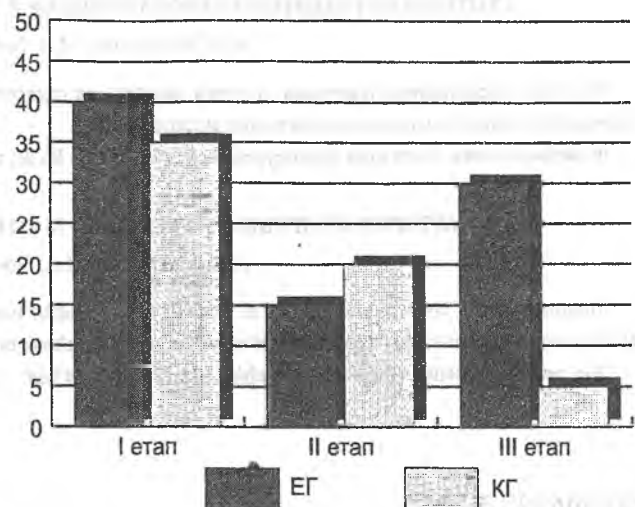


Рис. 2. Стресова та емоційно-психологічна стійкість у студентів-першокурсників під час семістри

Висновки. Початок навчання в університеті — це досить складний і багатогранний процес адаптації у житті кожного студента, до якого входять активне пристосування до нових умов життя, включення у кардинально новий вид діяльності, пристосування до нового соціального середовища. Важливим аспектом соціальної адаптації вважається прийняття індивідом нової соціальної ролі. На основі отриманих результатів дослідження можна зробити висновки про те, що на початку семістри у студентів-першокурсників розвивається емоційно-психологічна напруга, підвищується рівень тривожності, знижується рівень адаптованості до екстремальних умов, що свідчить про розвиток у них дезадаптації та стресу.

За допомогою проведення спеціально організованих тренінгових занять із студентами можна зменшити рівень їхньої тривожності, підвищити адаптаційні можливості щодо стресу та емоційно-психологічної напруги.

Література

1. Анастаси А. Психологическое тестирование. — Кн. 2 / Пер. с англ.; Под ред. К.М. Гуревича. В.И. Лубовского. — М.: Педагогика, 1982. — 488 с.
2. Безруких М.М. Ученье, вредное для здоровья? / Семья и школа. — 2001. — №4. — С. 10–11.
3. Безруких М.М. Школьные факторы риска и здоровье детей // Педагогика. — 1999. — №3-4. — С. 8–12.
4. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика личности. — К.: Здоровье, 1989. — 168 с.
5. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психологической диагностике. — К.: Наук. думка, 1989. — 200 с.
6. Курик М. Организувати навчання, не шкодячи здоров'ю дитини // Освіта України. — 2005, 4 жовтня. — С. 4–7.
7. Нормативные предписания разработчикам и пользователям психодиагностических методик // Вопр. психологии. — 1987. — №5. — С. 176–181.
8. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: Навч. посібник. — К.: Кондор, 2005. — 278 с.
9. Розов В.І. Психологічна діагностика здібностей до стресу // Практ. психологія та соц. робота. — 2006. — №11. — С. 41–47.
10. Тоффлер Э. Шок будущего. — М.: АСТ, 2002. — 382 с.
11. Ушаков Г.К. Профилактика нервно-психических расстройств у детей. — М.: Знание, 1966. — 404 с.
12. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. — СПб: Питер, 2006. — 278 с.

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОСОБЕННОСТЯМ УЧЕБЫ В ВЫСШЕЙ ШКОЛЕ

А.Н. Макаренко, М.А. Голубева, А.М. Лавренчук

В статье представлена трактовка понятия «адаптация студентов к обучению в ВУЗе», особенно в период сдачи экзаменов. Приводятся результаты экспериментального исследования.

Ключевые слова: адаптация первокурсников, обучение в ВУЗе, адаптированность.

ADAPTATION OF STUDENTS-FRESHMEN IS TO FEATURES OF STUDIES OF HIGHER SCHOOL

A.N. Makarenko, M.A. Golubeva, A.M. Lavrenchuk

Interpretation of concept «Adaptation of students to teaching in Institute of higher» is presented in the article, especially in the period of handing over of examinations. Results over of experimental research are brought.

Key words: adaptation of freshmen, teaching, is in Institute of higher, adaptirovanost'.

Надійшла 14.08.2009

УДК:616.895: 343.988

І.В. Гаврилюк

КЛІНІЧНІ ФОРМИ ТА ФЕНОМЕНОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НЕВРОТИЧНИХ РОЗЛАДІВ, ПОВ'ЯЗАНИХ ЗІ СТРЕСОМ, У ЖЕРТВ НАСИЛЬСТВА В СІМ'Ї

Український НДІ соціальної і судової психіатрії та наркології МОЗ України, м. Київ

Ключові слова: жертви насильства в сім'ї, невротичні розлади, клінічні особливості.

Насильство в сім'ї є розповсюдженим соціальним явищем, яке спричиняє негативні медичні, соціальні, економічні та демографічні втрати у цивілізованому суспільстві. В Законі України «Про попередження насильства в сім'ї» дефініція насильства в сім'ї визначена як «будь-які умисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування одного члена сім'ї по відношенню до іншого, якщо ці дії порушують конституційні права і свободи члена сім'ї як людини та громадянина і наносять йому моральну шкоду, шкоду його фізичному чи психічному здоров'ю» [1].

Тривале насильство в сім'ї може призвести до психічних розладів у потерпілих. За науковими даними більшість жертв насильства мають ознаки порушення психічного здоров'я, які віднесені за Міжнародною класифікацією хвороб 10-го перегляду до розділу F4 «Невротичні, пов'язані зі стресом і соматоформні розлади» [3, 4, 7].

Під впливом світових тенденцій в Україні проблема сімейного насильства набула піку своєї актуальності ще на початку XXI століття, коли був прийнятий Закон «Про попередження насильства в сім'ї». Міністерство охорони здоров'я актуальність проблеми насильства в сім'ї задекларувало в міжгалузевій комплексній програмі «Здоров'я нації на 2002–2011 роки», а «психіатричну віктимологію» визнало одним з пріоритетних напрямів науково-практичних досліджень із соціальної психіатрії [2, 5, 6].

Проте й на сьогодні проблема насильства в сім'ї лишається розповсюдженою, але офіційно прихованою. Відсутні наукові розробки стосовно поширенос-

ті та клінічних особливостей невротичних розладів неспихотичного рівня у жертв сімейного насильства, немає моделі психолого-психіатричної корекції таких психічних розладів у зазначеного контингенту. Все це визначає актуальність роботи і напрямок перспективи подальших наукових досліджень.

Мета роботи — вивчити закономірності формування невротичних розладів, пов'язаних із стресом, у жертв насильства в сім'ї, їх клініко-психопатологічні та феноменологічні особливості для своєчасної діагностики і можливості застосування адекватних медико-соціальних заходів.

Матеріал і методи дослідження. Досліджено 160 жінок з невротичними розладами, пов'язаними зі стресом (рубрика МКХ-10 — F40–F48). Основну групу склали 74 жінки, які постали жертвами насильницьких дій в сім'ї і звернулися до спеціалізованих центрів соціальних служб або за медичною допомогою. Залежно від виду насильства їх було розділено на дві підгрупи: I підгрупу склали 50 осіб, що зазнали фізичного насильства; до II підгрупи включені 24 жінки — жертви психологічного насильства. До групи порівняння увійшли 86 жінок з аналогічними клінічними проявами невротичних розладів ненасильницького генезу. Обстеження проводилось за допомогою спеціального клініко-анамнестичного, клініко-психопатологічного, статистичного методів дослідження.

Результати роботи. У результаті порівняльного обстеження жінок з невротичними розладами неспихотичного рівня, які виникли внаслідок насильницьких дій в сім'ї, та осіб з аналогічними психічними порушеннями, що не зазнавали насильства в родині, було