

Назва секції ПСИХОЛОГІЯ

Індекс УДК 159.9.075.5

Психологічні дослідження

Миндру Фіалкора Миколаївна

(м. Львів)

**ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ
ОСІБ ІЗ ОРГАНІЧНИМИ УРАЖЕННЯМИ МОЗКУ
(НА ПРИКЛАДІ ОСІБ, ЩО СТРАЖДАЮТЬ НА
РОЗСІЯНИЙ СКЛЕРОЗ)**

У роботі представлено результати дослідження стратегій копіngu осіб із ураженнями мозку на прикладі осіб із розсіяним склерозом. Виявлено, що особи із розсіяним склерозом, порівняно з умовно здоровими особами, менш схильні використовувати копінг-стратегії активного подолання проблеми та позитивного переформулювання й особистісного росту. Також вони більш схильні використовувати копінг-стратегії планування вирішення проблеми та їхнього активного подолання, крім того, мають позитивний зв'язок між копінг-стратегією використання соціальної підтримки різного роду та рівнем їхнього психологічного благополуччя та соціально-психологічної адаптованості є тіснішим, ніж в умовно здорових осіб.

***Ключові слова:** копінг-стратегії, органічні ураження мозку, розсіяний склероз, психологічна ресурсність, стресостійкість, психологічне благополуччя, соціально-психологічна адаптованість.*

The scientific thesis presents the results of research into coping strategies of persons with brain lesions on the example of persons with multiple sclerosis. Multiple sclerosis patients were found to be less likely to use coping strategies to actively overcome the problem and positive reformulation and personal growth, compared to conditionally healthy individuals. They are also more likely to use coping strategies for problem-solving planning and overcoming them, and in addition have a positive relationship between coping strategies for the use of social support of various kinds

and their level of psychological well-being and socio-psychological adaptation are closer than for conditionally healthy persons.

Key words: *coping-strategies, organic brain lesions, multiple sclerosis, psychological resource, stress resistance, psychological well-being, socio-psychological adaptation.*

Органічні ураження мозку – це група захворювань, що проявляються дистрофічними змінами нервової тканини і порушеннями роботи нейронів. Одним із найбільш важких захворювань у цій групі, яке майже неминуче призводить до інвалідності хворого, є розсіяний склероз [4, с. 3]. Останні дані Центру медичної статистики Міністерства охорони здоров'я України (станом на 2013 рік) показують, що в нашій країні зареєстровано приблизно 20,6 тис хворих на розсіяний склероз і з кожним роком ця цифра зростає в середньому на 1-1,2 тис осіб [3, с. 84]. Така тенденція до зростання поширеності даного захворювання зумовлює актуальність вивчення психологічних особливостей цих хворих, які необхідно враховувати для розробки ефективних програм їхньої соціально-психологічної реабілітації та психологічного супроводу.

Серед сучасних дослідників вивченням психологічних особливостей осіб із розсіяним склерозом займались зокрема такі, як Є.В. Алексеєнко, Н.В. Васильєва, Є.Л. Ніколаєва та інші. Вони встановили, що в цих хворих часто проявляється загальна астенизація психіки, тривога та депресивні переживання. Вони мають розвинену потребу в спілкуванні, але часто почувають себе соціально відчуженими та ізольованими, зокрема, і через свою невпевненість у собі [1, с. 14].

Особливості копіngu осіб із розсіяним склерозом вивчали І.С. Попеня, К.А. Дібрівная і Є.В. Єніколопова, Є.Л. Ніколаєв, С. Монтель і Е. Спітц, які встановили, що найбільш характерною особливістю копіngu цих осіб є переважаюча орієнтація на використання пасивних і неадаптивних копінг-стратегій [2, с. 51].

За результатами дослідження названої проблематики були зроблені наступні висновки. Порівняно з умовно здоровими особами, особи із розсіяним склерозом менш схильні використовувати копінг-стратегії активного подолання проблеми та позитивного переформулювання й особистісного росту. За іншими копінг-стратегіями особи із розсіяним склерозом на статистично достовірному рівні не відрізняються від умовно здорових. Особи із розсіяним склерозом, які в загальному приймають свою хворобу, більше схильні використовувати копінг-стратегії планування вирішення проблем та їхнього активного подолання. Це частково підтверджує припущення, що чим більше особи з розсіяним склерозом приймають свою хворобу, тим більше вони схильні використовувати такі стратегії копіngu, як прийняття проблеми, планування її вирішення та активне подолання. Крім того, в осіб із розсіяним склерозом і в умовно здорових менша схильність до використання копінг-стратегій поведінкового відходу від проблеми та заперечення проблеми пов'язана з їхньою вищою психологічною ресурсністю.

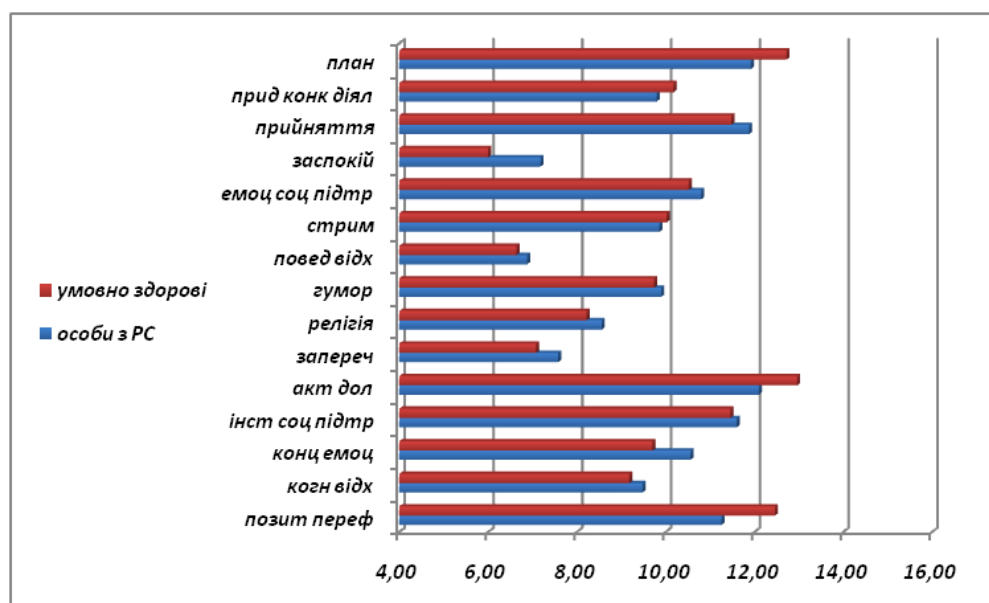


Рис. 3.2. Вираженість різних стратегій копіngu в групах осіб із розсіяним склерозом і умовно здорових

Примітка: позит переф – позитивне переформулювання та особистісний ріст, когн відх – когнітивний відхід від проблеми, конц емоц – концентрація на емоціях, інст соц підтер – використання інструментальної соціальної підтримки, акт дол – активне подолання, запереч – заперечення, релігія – звернення до релігії, повед відх – поведінковий відхід від проблеми,

стрим – стримування, емоц соц підтр – використання емоційної соціальної підтримки, заспокій – використання «заспокійливих» засобів, прид конк діял – придушення конкуруючої діяльності, план – планування вирішення проблеми

В осіб із розсіяним склерозом визначено значущі кореляції між копінг-стратегією використання інструментальної соціальної підтримки та переживанням особистісного росту як компонентом їхнього психологічного благополуччя і переживанням емоційного комфорту як одним із показників їхньої соціально-психологічної адаптованості.

Стратегія використання емоційної соціальної підтримки в цих осіб на статистично значущому рівні також пов'язана з показником їхньої соціально-психологічної адаптованості – зі схильністю до прийняття інших. А в умовно здорових осіб визначено одну значущу кореляцією між копінг-стратегією використання інструментальної соціальної підтримки та між одним із компонентів їхнього психологічного благополуччя – позитивними стосунками з іншими. Це підтверджує припущення, що в осіб із розсіяним склерозом позитивний зв'язок між копінг-стратегією використання соціальної підтримки різного роду та рівнем їхнього психологічного благополуччя і соціально-психологічної адаптованості буде більш тісним, ніж в умовно здорових осіб.

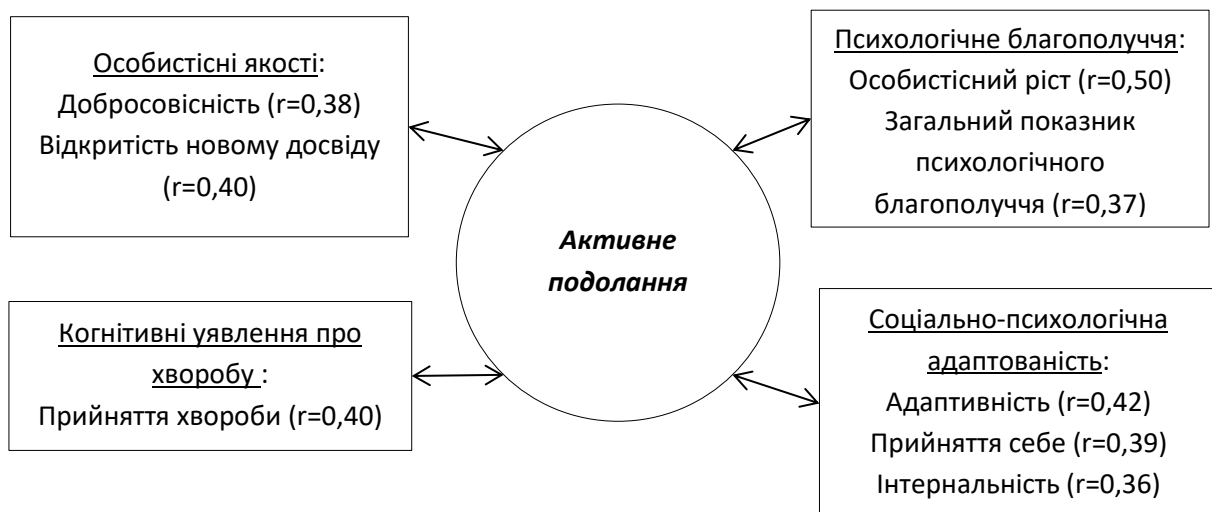


Рис. 3.10. Кореляції копінг-стратегії активного подолання з іншими показниками в осіб із розсіяним склерозом, $p<0,01$

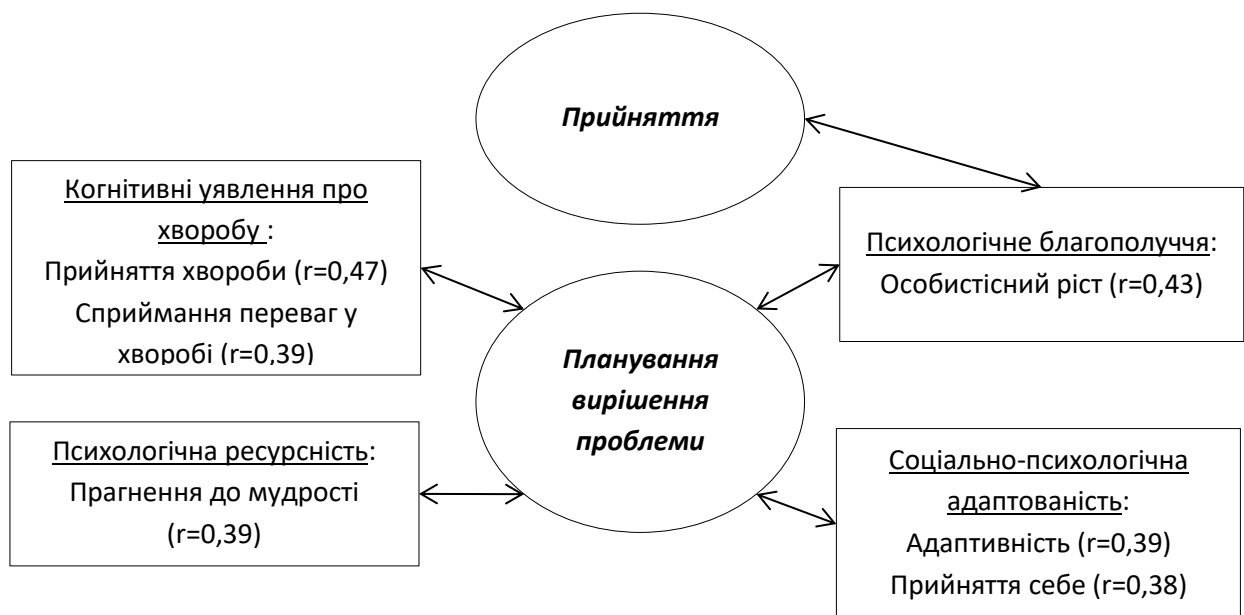


Рис. 3.16. Кореляції копінг-стратегій прийняття та планування вирішення проблеми з іншими показниками в осіб із розсіяним склерозом, $p < 0,01$

Психологічна робота з особами із розсіяним склерозом має бути спрямованою в першу чергу на формування в них позитивних уявлень про свою хворобу. Важливо, щоб ці особи приймали сам факт наявності в себе захворювання, об'єктивно оцінювали обмеження, які на них накладає хвороби, бачили позитивні аспекти хвороби. Завдяки такому ставленню до своєї хвороби особи із розсіяним склерозом здатні використовувати конструктивні когнітивні та поведінкові копінг-стратегії (гумор, позитивне переформулювання, планування вирішення проблеми, активне подолання проблеми). Частіше використовувати конструктивні, а рідше – неадаптивні копінг-стратегії схильні особи із розсіяним склерозом, які доброзичливо налаштовані до інших людей і є емоційно стабільними.

Важливою передумовою до використання конструктивних копінг-стратегій (найперше таких, як позитивне переформулювання, гумор, планування вирішення проблеми, активне подолання) в осіб із розсіяним склерозом є їхня психологічна ресурсність. Дослідження показало, хоча вони й мають такі ж високо виражені внутрішні ресурси, як умовно здорові особи, але часто недооцінюють власні психологічні можливості, не вміють ефективно їх використовувати для подолання труднощів, а також недостатньо володіють

засобами для відновлення своїх внутрішніх ресурсів. Тому практичним психологам у роботі з цією категорією клієнтів вартує формувати в них адекватно високу самооцінку, розвивати їхні навички саморегуляції в стресових ситуаціях, навчати цих осіб нових способів релаксації та стабілізації свого стану в емоційно напружених ситуаціях.

В плані покращення соціально-психологічної адаптованості та підвищення психологічного благополуччя осіб із розсіяним склерозом практичним психологам важливо формувати в них уміння приймати свої проблеми, знижувати значущість та емоційну напруженість в проблемній ситуації за допомогою сміху і жартів, використовувати підтримку свого соціального оточення (інформаційну, емоційну) для збагачення своїх копінг-ресурсів. Також необхідно розвивати навички цих осіб в активному дієвому вирішенні своїх проблем, оскільки їхня копінг-поведінка є більш пасивною, ніж в умовно здорових осіб.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеенко Е.В. Изменение психологического статуса у больных рассеянным склерозом / Е.В. Алексеенко, О.С. Сысоева, И.В. Смагина, С.А. Федянин // Бюллетень сибирской медицины. – 2008.– №5.– С. 13-15.
2. Васильева Н.В. Клинико-психологические особенности нарушения социального функционирования у больных рассеянным склерозом / Н.В. Васильева, Е.Л. Николаев // Практическая медицина. – 2017. – Том 2. №1 (102). – С. 51-54.
3. Міщенко Т.С. Розсіяний склероз: глобальні перспективи / Т.С. Міщенко, О.Д. Шульга, Н.В. Бобрик, Л.А. Шульга // Український медичний часопис. – 2014.– №3 (101). – С. 84-87.
4. Сычёва М.А. Органические поражения головного мозга / М.А. Сычёва, И.Г. Сергеева, А.А. Тулупов. – Новосибирск: РИЦ НГУ, 2015. – С. 32.

Відомості про автора:

Миндру Фіалкора Миколаївна – практичний психолог, магістрант Філософського факультету Львівського національного університету імені І. Я. Франка, кафедра психології, спеціалізація реабілітаційна та клінічна психологія; +380969057733; fialkora@gmail.com; сертифікат: ТАК; про конференцію дізналася від наукового керівника; потребує отримувати запрошення від оргкомітету про наступні наукові конференції на свою електронну скриньку.