

СЕКЦІЯ 12. ПСИХОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОЛІТИЧНИХ, ПРАВОВИХ ТА СУСПІЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ

Байдан Світлана Вікторівна

студентка 2-го курсу магістратури

факультету психології, політології та соціології

Національного університету «Одеська юридична академія»

ПСИХОСОМАТИЧНІ РОЗЛАДИ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19

Пандемія COVID-19 стала серйозним випробуванням для всього людства та докорінно змінила наше життя. Ці зміни відбулись як на макросоціальному рівні, так і на рівні психіки окремої особистості. Карантинні обмеження, змінення умов діяльності, втрата роботи та погіршення матеріального становища, відсутність спілкування, погіршення здоров'я внаслідок перенесеного захворювання, смерть або важке протікання хвороби близьких у тому чи іншому сенсі торкнулися кожного громадянина країни.

Стрімке розповсюдження коронавірусної інфекції негативно позначилось не лише на фізичному, а й на психічному здоров'ї населення. Наслідками впливу пандемії на особистість стали тривожність, депресія, невпевненість у завтрашньому дні, невизначеність, фрустрація, страх за своє життя та життя близьких [2].

Більшість дослідників одностайні в думці про те, що пандемія коронавірусу – це величезний стрес для організму людини на всіх рівнях його функціонування – біологічному, психічному, соціальному. Фахівці у сфері здоров'язбереження все частіше фіксують у людей скарги на специфічні симптоми, які з'явилися в них під час пандемії [3].

Останнім часом з'являється все більше досліджень впливу пандемії на фізичне та психічне здоров'я особистості. Їх результати доводять, що ситуація пандемії викликає в людини передусім тривогу, яка може переходити у депресію та згодом давати про себе знати психосоматичними розладами [1]. Великий дослідницький інтерес являє вплив особливостей психічного стану людини під час пандемії на її здоров'я в майбутньому, ймовірність розвитку соматоформних та психосоматичних розладів. Саме на встановлення таких зв'язків і було спрямовано наше дослідження.

Вибірку дослідження склали 50 респондентів у віці від 25 до 45 років (32 жінки та 18 чоловіків). Саме в цьому віці, за даними багатьох досліджень,

найбільше проявляються негативні наслідки пандемії для психічного здоров'я. Цей вік є також сенситивним до виникнення психосоматичних розладів.

Дослідження проводилось в декілька етапів. Перший, підготовчий, етап передбачав теоретичний аналіз та узагальнення останніх наукових досліджень з означеної проблеми, рефлексію та побудову робочих гіпотез. На цьому етапі були виділені показники, які найбільш повно розкривають проблему впливу захворювання та пандемії на людину. Такими показниками стали: особистісна та ситуативна тривожність, рівень депресії, рівень якості життя, соматичні симптоми, які відчувають у себе випробовувані. Дані показники досліджувались нами за допомогою спеціально підібраних психодіагностичних методик.

На другому, дослідницькому, етапі було здійснено емпіричне дослідження, яке передбачало застосування методів анкетування та тестування. У процесі анкетування було зібрано дані стосовно факту захворювання на вірус COVID-19, наявності або відсутності ускладнень та ушпиталення, важкості протікання хвороби, психічний стан під час хвороби та ін. Про наявність скарг на психічний стан у зв'язку з пандемією, а саме: відчуття тривоги, депресію, пригнічення, заявили 52% всіх опитаних, причому такі скарги зустрічаються як серед тих респондентів, які перенесли хворобу, так і серед тих, які не хворіли взагалі. 30 % респондентів відмітили наявність у себе психосоматичних симптомів (розлади сну, проблеми з шлунково-кишковим трактом, головний біль тощо), які з'явилися під час пандемії.

На третьому, інтерпретаційному, етапі було проведено кількісний та якісний аналіз емпіричних даних, надано їх інтерпретацію. Дослідження показало, що більшість випробовуваних, які перенесли коронавірусну хворобу на високому або середньому ступені важкості володіють підвищеним або високим рівнем особистісної тривожності. 10% таких респондентів характеризуються легкою депресією, у 26% спостерігаються певні соматичні скарги навіть через тривалий час після одужання. Найбільш часто фіксуються скарги на органи дихання, серцево-судинну систему (підвищення АТ та ЧСС), роботу шлунково-кишкового тракту, летючі болі різної локалізації тощо. Результати кореляційного аналізу фіксують значущість взаємозв'язку між фактом перенесеної хвороби, особистісною тривожністю, депресивними станами та проявом соматичних симптомів.

Ще одна група випробовуваних характеризується підвищеною або високою особистісною тривожністю, достатньо великим страхом перед захворюванням, високим тривожним станом під час захворювання, часто при легкому його протіканні, а також появою психосоматичних симптомів через деякий час після одужання.

На четвертому, практичному, етапі дослідження на основі отриманих результатів розроблені практичні рекомендації щодо поліпшення стану людей з

психосоматичними симптомами, які виникли внаслідок переживання пандемії. Рекомендації містять елементи тілесно-зорієнтованої, когнітивної та поведінкової психотерапії.

Список використаних джерел

1. Перепелиця А. Пандемія як причина психосоматичних проявів. Психологічні виклики пандемії COVID-19: україно-канадський досвід / Відп. ред. В.Л. Зливков; укладачі С.О. Лукомська, О.В. Котух. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2021. С. 77 – 79.

2. Чабан О. С. Психічне здоров'я в період пандемії COVID-19 (особливості психологічної кризи, тривоги, страху та тривожних розладів) / О.С. Чабан, О.О. Хаустова. 2020. URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2020/3%28114%29/pages-26-36/psihichne-zdorov-ya-v-period-pandemiyi-covid-osoblivostipsihologichnoyi-krizi-trivogi-strahu-ta-trivozhnih-rozladiv-#gsc.tab=0>

3. Shanahan, L., Steinhoff, A., Bechtiger, L., Murray, A. L., Nivette, A., Hepp, U., ... Eisner, M. (2020). Emotional Distress in Young Adults during the COVID-19 Pandemic: Evidence of Risk and Resilience from a Longitudinal Cohort Study. *Psychological Medicine*.

Науковий керівник: канд.психол.наук, доцент Тат'яничков А. О.

Булгару Вікторія Миколаївна

студентка 2-го курсу факультету психології, політології та соціології
Національного університету «Одеська юридична академія»

ПРИРОДА КОНФЛІКТІВ В ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКАХ ТА ЇХ ПРОФІЛАКТИКА

Конфлікт, насамперед – це соціальне явище, з яким стикаються усі люди. В основі конфлікту лежать суперечності різної природи та змісту між соціальними суб'єктами. Серед видів конфліктів найпоширенішими можна виділити сімейні конфлікти, які виникають із різних причин [3].

У сучасному світі практично кожна сім'я стикається з конфліктними ситуаціями, особливо актуальними є проблеми у відносинах між батьками та дітьми. Сімейні конфлікти – це зіткнення поглядів між поколіннями, опір протилежно спрямованих мотивів або дій між членами родини. На появу напруженої ситуації в сім'ї та як наслідок конфлікту впливають безліч факторів: властивості характеру кожного члена сім'ї, взаємоповага, соціальні та побутові