

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

## **МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА**

Психологічні особливості прояву емоційної нестійкості у дівчат юнацького віку з порушенням зору

Виконала студентка групи СОм-2(2)  
спеціальності 016 Спеціальна освіта  
Рибалко Люсія Володимирівна  
Керівник: Бессараб А. О.  
Рецензент: Застелло А. О.  
Нормоконтроль \_\_\_\_\_ Микита ПАНОВ

Запоріжжя  
2021 р.

## РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 152 с., 18 табл., 11 рис., 76 джерел.

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити психологічні особливості прояву емоційної нестійкості дівчат з порушенням зору у юнацькому віці та запропонувати шляхи щодо її подолання.

**Об'єкт дослідження:** емоційна нестійкість особистості.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості прояву емоційної нестійкості дівчат з порушенням зору у юнацькому віці.

Теоретичне значення дослідження полягає у розкритті поняття емоційної стійкості та нестійкості, у поглибленні наукових знань про вікові особливості у дівчат юнацькому віці з порушенням зору, а також у розкритті особливостей детермінації емоційної нестійкості в юнацькому віці.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що дані, отримані в ході дослідження можуть бути використані психологами, педагогами, студентами психологічного та педагогічного профілю навчання, при написанні курсових, та дипломних робіт з цієї проблематики. Запропонована програма соціально-психологічного тренінгу, що спрямованого на формування емоційної стійкості та стресостійкості у дівчат юнацького віку з порушенням зору може бути рекомендована студентам закладів вищої освіти у якості додаткового практичного інструментарію щодо особистісного зростання.

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ, ПРОЯВ, ЕМОЦІЙНА  
НЕСТИЙКІСТЬ, ЮНАЦЬКИЙ ВІК, ПОРУШЕННЯ ЗОРУ.**

## ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Значне підвищення темпу життя, соціальні й політичні трансформації, збільшення екологічних, емоційних й інформаційних навантажень надають проблематиці емоційної стійкості особистості особливого значення. Емоційна нестійкість залишається, як і десятиліття тому, однією з головних «проблем сторіч».

Багатьма авторами були поставлені та певною мірою вирішенні важливі теоретичні питання, намічені шляхи їх наукової розробки. Проте, проблема емоційних станів особистості стала систематично розроблятися у вітчизняній психології порівняно недавно. Зокрема, про актуальність вивчення сутності та механізмів емоційної нестійкості писали В. Пономаренко та М. Дяченко (1998), В. Чудновський (1981), Є. Щукіна (2015) та ін. У ряді наукових робіт емоційна нестійкість в стресових ситуаціях розглядається як провідний чинник формування дезадаптивного поведінки особистості (Л. Аболін (2009), В. Азаров (1982), В. Бойко (2018), О. Дашкевич (1995), М. Дяченко (2016) та ін.).

Актуальність проблеми емоційної нестійкості особистості може розглядатися з різних точок зору.

По-перше, з точки зору її впливу на ефективність професійної діяльності. У ряді професій (викладання, спорт, діяльність лікаря і оператора та ін.) наявність емоційної нестійкості у фахівця може привести до серйозних особистісних проблем, а так само до нездатності здійснювати свою роботу. У цьому контексті рівень емоційної нестійкості є значущим критерієм для прогнозу успішності діяльності.

По-друге, актуальність проблеми емоційної нестійкості людини стає очевидною при вивченні його соціально-психологічних характеристик, коли ця особливість розглядається як якість, що впливає на адекватність

міжособистісного спілкування. Дійсно, в ряді робіт емоційна нестійкість розглядається як провідний чинник формування дезадаптивної поведінки.

По-третє, соціальна нестабільність і високий динамізм розвитку життя в нашій країні вимагають від людини певного рівня внутрішньої емоційної стійкості. Знання особливостей емоційної нестійкості може допомогти в справі профілактики можливих особистісних і емоційних порушень, пов'язаних з акцентуацією або негативними тенденціями розвитку даної риси особистості.

По-четверте, необхідність вивчення і опису механізмів будь-яких психологічних феноменів, в тому числі і емоційної нестійкості безпосередньо пов'язана з актуальністю їх аналізу.

По-п'яте, проблема емоційної нестійкості у порівнянні з емоційною стійкістю до цих пір є недостатньо вивченою.

Дана робота є продовженням низки досліджень, що вивчають емоційну нестійкість як окреме психологічне явище, якісно відмінне від емоційної стійкості.

**Об'єкт дослідження: емоційна нестійкість особистості.**

**Предмет дослідження: психологічні особливості прояву емоційної нестійкості дівчат з порушенням зору у юнацькому віці.**

Мета роботи – теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити психологічні особливості прояву емоційної нестійкості дівчат з порушенням зору у юнацькому віці та запропонувати шляхи її подолання.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити аналіз науково-психологічної літератури з проблеми дослідження.

2. З'ясувати наявні особливості прояву емоційної нестійкості особистості у юнацькому віці.

3. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей проявів емоційної нестійкості у дівчат з порушенням зору.

4. На основі результатів констатувального експерименту розробити та впровадити програму соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на корекцію емоційної нестійкості у дівчат з порушенням зору.

Методологічну і теоретичну основу дослідження становили: провідні принципи, підходи, положення і концепції у психології: системно-структурний підхід в психології (Б. Ананьєв, О. Бодалев, В. Ганзен, Б. Ломов, К. Платонов та ін); комплексний підхід (Б. Ананьєв, Е. Рибалко); принцип єдності особистості і діяльності (Є. Клімов, А. Леонтьєв, С. Рубінштейн та ін); положення про особистість як суб'єкта діяльності та відносин (С. Гар'кавець, Б. Ломов, З. Рябікіна); сучасні наукові погляди щодо особливостей супроводу юнаків з особливими освітніми потребами (А. Колупаєва, Т. Сак, Т. Скрипник, О. Федоренко та ін.); сучасні наукові погляди щодо особливостей супроводу особистості юнацького віку з порушенням зору (Є. Клопота, О. Паламар, Т. Семенишина, Є. Синьова, С. Федоренко та ін.).

**Методи дослідження.** З метою вирішення поставлених завдань було використано такі методи:

- теоретичні: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація;
- емпіричні: Діагностика стану стресу (К. Шрайнер), Методика виміру рівня тривожності Дж. Тейлора (адаптація В. Норакидзе); Методика «Емоційна збудливість/врівноваженість» (Б. Смирнова), Самооціночний тест «Характеристики емоційності» (Є. Ільїн), Експрес-діагностика особистісної склонності до зниженого настрою В. Бойко; Експрес діагностика стану стресу (В. Бойко), Методика життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва.
- статистичні методи обробки даних.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що:

- поглиблено знання про прояви емоційної нестійкості особистості у юнацькому віці та особливості емоційного стану дівчат з порушенням зору;

– набули подальшого розвитку положення щодо особливостей використання внутрішніх резервів особистості для підвищення її емоційної стійкості;

– розроблено та доведено ефективність науково обґрунтованої соціально-психологічної програми щодо корекції психологічного впливу емоційної нестійкості у дівчат юнацького віку з порушенням зору.

Теоретичне значення дослідження полягає у розкритті поняття емоційної стійкості та нестійкості, у поглибленні наукових знань про вікові особливості у дівчат юнацькому віці з порушенням зору, а також у розкритті особливостей детермінації емоційної нестійкості в юнацькому віці.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що дані, отримані в ході дослідження можуть бути використані психологами, педагогами, студентами психологічного та педагогічного профілю навчання, при написанні курсових, та дипломних робіт з цієї проблематики. Запропонована програма соціально-психологічного тренінгу, що спрямована на формування емоційної стійкості та стресостійкості у дівчат з порушенням зору юнацького віку може бути рекомендована студентам закладів вищої освіти у якості додаткового практичного інструментарію щодо особистісного зростання.

У дослідженні взяли участь 42 дівчини з порушенням зору які навчаються у Комунальному закладі «Запорізька спеціальна загальноосвітня школа-інтернат «Орієнтир» Запорізької обласної ради віком від 16 до 18 років.

Структура роботи визначається змістом і сутністю проблеми, метою та завданнями дослідження. Робота складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, додатків, списку використаних джерел (76 позицій). Загальний обсяг роботи становить 152 сторінок, з них основного тексту – 83.

## ВИСНОВКИ

1. На основі теоретичного аналізу науково-психологічної літератури було здійснено аналіз проблеми психологічних особливостей прояву емоційної нестійкості у дівчат юнацького віку з порушенням зору. З'ясовано, що феномен емоційної нестійкості вивчається не так давно й розглядається як сукупність різноманітних особливостей та проявів особистості. До емоційно нестійких особистостей відносяться ті, у яких спостерігається високий рівень емоційної збудливості та вони склонні до частої зміни емоційних станів.

Мінливість настрою і нестійкість емоційних реакцій проявляється у чутливих людей, підвищено збудливих, склонних до частої зміни емоційних станів. Це пов'язано зі специфікою динаміки емоційної сфери, а також вольових якостей особистості. Емоційна лабільність властива особам з високим нейротизмом (тривожністю).

2. З'ясовано наявні особливості прояву емоційної нестійкості особистості з порушенням зору у юнацькому віці, які викликані великою кількістю проблем таких, як професійний вибір, формування основ світогляду і самопізнання, встановлення дружніх і інтимних взаємин, програвання статевих ролей і формування установок на сім'ю, досягнення незалежності, відповідальність за зроблений вибір, різка зміна способу життя, включення в нові види діяльності. Страхи перед новим життям, перед можливістю помилки викликають значну напруженість, високу тривожність, невпевненість у собі, склонність до зниженого настрою, низьку самооцінку та призводять до виникнення емоційної нестабільності. Також психологічні травми, постійний вплив стресорів, стійке перенапруження емоційного характеру, гіпоопіка або гіперопіка з боку родичів, вплив акцентуації характеру, гормональні збої і перебудови, психоемоційні потрясіння,

перебування в некомфортних умовах, неспокійній обстановці, вимушена взаємодія з індивідами, що викликають антипатію.

3. Було проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей проявів емоційної нестійкості у дівчат юнацького віку з порушенням зору, одержані наступні результати.

Виявлено високий показник рівня регуляції в стресових ситуаціях. А це значить – особистість веде себе в стресовій ситуації досить стримано і вміє регулювати свої власні емоції.

Виявлено, високе та середнє значення тривожності. Це свідчить про те, що респонденти переживають страх, нервозність, відчуття невизначеності, неможливість прийняти рішення. Таким старшокласницям важко досягти поставленої мети, бо вони відчувають власне безсилля, невпевненість в собі заважає зосереджуватися і сконцентруватися на головному.

Виявлено, високі та середні показники емоційної збудливості. Емоційна збудливість проявляється в таких особливостях поведінки, як запальність, дратівливість, неадекватні реакції на будь-які подразники і фактори. Це призводить до неможливості вибудовувати здорові соціальні відносини з оточенням.

Встановлено, що за шкалами «емоційна збудливість», «інтенсивність емоцій», показники нижчі від середньостатистичної норми, які вказують на тенденцію до сильних і глибоких емоційних переживань і проявів напруги та нервозності.

Виявлено, що рівень емоційної збудливості в даній групі респондентів недостатньо високий: у міру виражена чутливість, легкість і швидкість виникнення різних емоційних переживань; рівень інтенсивності емоцій підвищений: є тенденція до сильних і глибоких емоційних переживань і проявів почуттів; рівень тривалості емоцій – середній; рівень негативного впливу емоцій на ефективність діяльності та спілкування – середній.

Встановлено, що в даній групі респондентів дуже високий показник схильності до дистимії, що складає 57% від всієї групи.

Виявлено, низький показник життєстійкості. Майже половина групи випробуваних продемонстрували низьку включеність у діяльність, низький показники рівень контролю та середній рівень прийняття ризику. Це означає, що особистість з нерозвиненим компонентом включеності не отримує задоволення від власної діяльності, а контроль являє собою переконаність в тому, що боротьба дозволяє вплинути на результат того, що відбувається.

Таким чином, експериментальне дослідження позначило, що в даній групі респондентів більшість дівчат юнацького віку з порушенням зору мають високі показники емоційної нестійкості.

З'явилася обґрунтована необхідність у проведенні корекційної роботи по зниженню емоційної нестійкості, стресу і тривожності, підвищення стресостійкості та життєстійкості для цієї групи випробуваних.

4. На основі результатів констатувального експерименту було розроблено програму соціально-психологічного тренінгу. Програма «Я завжди в гармонії та злагоді з собою», спрямована на розвиток стресостійкості особистості та на розвиток особистості в цілому. Програма була складена згідно з теоретико-методологічними засадами соціально-психологічного тренінгу і відповідає вимогам, що пред'являються до групової роботи. З метою виявлення ефективності розробленої програми, відбувалося повторне діагностичне обстеження дівчат юнацького віку з порушенням зору.

Оцінено та доведено ефективність корекційних заходів за допомогою методів математичної статистики. Після реалізації тренінгових вправ було отримано наступні виводи.

Щодо діагностики емоційної лабільності особистості в стресових обставинах результати до і після корекційного заходу не розрізняються між собою показник регуляції в стресових ситуаціях – низький.

Важливо відзначити, що більшість випробуваних показали низьке значення рівня тривожності, тобто можна зробити висновок, що корекційний захід, реалізований в ході формуючого експерименту, був ефективний і

знизив ступінь прояву тривожності у дівчат юнацького віку з порушенням зору.

Стосовно показників емоційної збудливості та врівноваженості результати до і після корекційного заходу не розрізняються між собою. Тому корекційний захід щодо підвищення емоційної врівноваженості, реалізований в ході формуючого експерименту, не був ефективний.

Важливо відзначити, що за результатами ІІ діагностичного зразу рівень емоційної збудливості в даній групі респондентів зменшився; рівень інтенсивності емоцій також зменшився, тобто тенденція до сильних і глибоких емоційних переживань і проявів почуттів скоротилася; але рівень тривалості емоцій та рівень негативного впливу емоцій на ефективність діяльності та спілкування підвищився.

Позитивним є те, що серед групи респондентів не виявлено тенденції до дистонії, результати до і після корекційного заходу розрізняються між собою. Тому можна зробити висновок, що корекційний захід спрямований на розвиток стресостійкості особистості реалізований в ході формуючого експерименту, був ефективний.

Стосовно показників життєстійкості важливо відзначити, що по двум шкалам результати до і після корекційного заходу розрізняються між собою, так виявлено, що «Загальний бал життєстійкості» та показник «Включеність в діяльність» змінилися в позитивну сторону. Але значення за шкалою «Контроль» та «Прийняття ризику» не мають істотних відмінностей.

В процесі роботи були виконані всі поставлені наукові завдання, необхідні для підтвердження висунутих гіпотез.

Перспективи подальшої розробки проблематики полягають у вивчені емоційного стану юнаків з порушенням зору чоловічої статті щодо підвищення їхньої стресостійкості; в дослідженні що не сприяє розвитку стресостійкості; в вивчені взаємозв'язків між рівнем стресостійкості та вибору копінг-стратегій поведінки старшокласників з особливими освітніми потребами як майбутніх професіоналів в стресогенних ситуаціях;

дослідження стійкості юнаків з порушенням зору до стресу під час написання контрольних робіт, вивчення проявів дисгармонійних і деформуючих компонентів, що негативно впливають на якість життя в цілому.