

РОЗДІЛ III. СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ПЕДАГОГІКИ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Саранча І.Г. кандидат педагогічних наук, доцент
кафедри психології та соціальної роботи

Вінницький державний педагогічний університет
ім. М. Коцюбинського

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5715-6271>

Палажченко І.П., магістрант

Вінницький державний педагогічний університет
ім. Михайла Коцюбинського, Вінниця, Україна

DOI: <https://doi.org/10.58521/2521-1390-2023-26-10>

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ПОДОЛАННЯ
ТРИВОЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО
АПАРАТУ

PECULIARITIES OF SOCIAL WORK TO OVERCOME ANXIETY IN
ADOLESCENTS WITH MUSCULOSKELETAL DISORDERS

Анотація. Ця стаття присвячена дослідженню особливостей соціальної роботи з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату з метою подолання тривожності. Дослідження розкриває важливість соціальної підтримки та психологічної інтервенції для підлітків з фізичними порушеннями, які часто стикаються зі стресом та тривожністю, пов'язаними з їхнім станом. Стаття висвітлює ключові проблеми, з якими зустрічаються підлітки з порушеннями опорно-рухового апарату, такі як соціальна відчуженість, низька самооцінка та особливості можливостей розвитку соціальних навичок.

Ключові слова: соціальна робота, подолання тривожності, підлітки, порушення опорно-рухового апарату, соціальна підтримка, психологічна інтервенція, соціальні навички, самореалізація, соціальна ефективність, інклюзія.

Abstract. This article is devoted to the study of the peculiarities of social work with adolescents with musculoskeletal disorders in order to overcome anxiety. The study highlights the importance of social support and psychological intervention for adolescents with physical disabilities, who often experience stress and anxiety related to their condition. The article highlights key issues faced by adolescents with musculoskeletal disorders, such as social alienation, low self-esteem, and specific opportunities for developing social skills.

Key words: social work, overcoming anxiety, adolescents, musculoskeletal disorders, social support, psychological intervention, social skills, self-actualization, social efficacy, inclusion.

Постановка проблеми. Підлітки з порушеннями опорно-рухового апарату стикаються з унікальними фізичними і психологічними викликами, які можуть призвести до значного рівня тривожності. Зокрема, їм може бути важко адаптуватися до незвичних фізичних обмежень і постійної залежності від допомоги інших осіб. Ця ситуація може викликати почуття невпевненості, соціальної відчуженості та тривоги.

Оскільки підлітковий період є важливим для розвитку особистості, важливо забезпечити підтримку та налагодження психологічного благополуччя у цієї вразливої групи молодих людей. Соціальна робота може забезпечити відповідну підтримку, яка включає психологічну підтримку, навчання навичкам копінгу, сприяння соціальній інтеграції та побудові міцних соціальних зв'язків. Подолання тривожності у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату може допомогти їм досягти позитивного розвитку, самостійності і здатності до задоволення від життя.

Формулювання цілей. Мета статті полягає в аналізі та систематизації науково-практичного досвіду з цієї проблеми з метою виявлення особливостей та ефективних підходів до соціальної роботи з метою подолання тривожності у цій особливій групі підлітків. Стаття спрямована на визначення стратегій та методик, які б допомогли соціальним працівникам і фахівцям у розробці та реалізації програм та інтервенцій, спрямованих на зменшення рівня тривожності та покращення психологічного стану підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Українські науковці Левченко О., Козаченко О. та Кравченко О. у своїх працях приділяють багато уваги психологічній підтримці та соціальній адаптації підлітків з фізичними порушеннями, досліджують питання психологічної реабілітації та соціальної підтримки підлітків з фізичними порушеннями та вивчають питання психологічної допомоги та розвитку молоді з порушеннями опорно-рухового апарату.

Виклад основного матеріалу. Поняття тривожності відноситься до психологічного стану, який характеризується почуттям неспокою, напруженості, нервовості та певного рівня страху. Тривожність може бути реакцією на невизначеність, загрози або стресори в житті особи.

У житті підлітків тривожність відіграє важливу роль, оскільки цей період супроводжується значними фізіологічними, психологічними та соціальними змінами. До аспектів ролі тривожності у житті підлітків можна віднести:

Адаптація до змін: Підлітки зазнають багатьох змін у своєму житті, таких як перехід від дитинства до дорослості, нові шкільні вимоги, зміна соціального середовища тощо. Ці зміни можуть викликати тривожність у підлітків, оскільки вони стикаються з новими викликами та невизначеністю.

Самооцінка та соціальна взаємодія: Підлітки можуть відчувати тривогу щодо свого зовнішнього вигляду, навчальних досягнень, соціального статусу та сприйняття іншими. Тривожність може впливати на їхню самооцінку та взаємодію з оточуючими людьми.

Навчання та успішність: Тривожність може впливати на навчальні досягнення підлітків. Страх перед провалом, недостатня впевненість у своїх здібностях або страх перед оцінкою оточуючих можуть перешкоджати їхньому академічному успіху.

Фізичне та емоційне благополуччя: Тривожність може мати вплив на фізичне та емоційне благополуччя підлітків. Постійний рівень тривоги може призводити до фізичних проявів, таких як проблеми зі сном, зниження апетиту, головні болі та інші симптоми. Тривожність також може впливати на емоційний стан, призводячи до почуття роздратування, суму, безсилля та ізоляції.

Ризикова поведінка: Деякі підлітки можуть спробувати знайти способи зняти тривогу, вдаючись до ризикованої поведінки, такої як вживання наркотиків або алкоголю, небезпечні спортивні активності тощо.

У підлітковому віці існує ряд факторів, які можуть спричиняти тривожність у підлітків:

Біологічні фактори: Зміни в хімічних реакціях та гормональному балансі під час підліткового періоду можуть впливати на настрій та спричиняти тривожність.

Генетичні фактори: Деякі дослідження показують, що тривожність може бути у спадковості. Якщо у членів сім'ї підлітка є анамнез тривожних розладів, це може збільшити ризик розвитку тривожності у нього.

Сімейне середовище: Негативна атмосфера в сім'ї, конфлікти, насильство або недостатня підтримка з боку батьків можуть сприяти тривожності у підлітків.

Шкільне середовище: Високий ступінь навчального стресу, шкільні вимоги, булінг, відчуття невпевненості у соціальній взаємодії з однолітками або вчителями можуть бути причиною тривожності.

Соціальний тиск: Підлітки можуть відчувати тривогу через страх бути прийнятими соціальною групою, стереотипи, низьку самооцінку або почуття самотності.

Емоційні та психологічні фактори: Самоідентифікація, незрілість емоційного регулювання, низька самооцінка, переживання невизначеності та пошук свого місця у світі можуть сприяти тривожності.

Технології та соціальні медіа: Використання соціальних мереж, порівняння з ідеалізованими образами в медіа, кібербулінг тощо.

У психології і психіатрії існує кілька видів тривожності, які можуть виникати у підлітків. Основні види тривожності включають:

Загальна тривожність: Це загальне почуття тривоги, безпокою та напруженості, яке може супроводжувати підвищена побоюваність, нервозність та внутрішній дискомфорт. Загальна тривожність може впливати на різні сфери життя підлітка і виникати без особливої причини.

Соціальна тривожність: Це тривога та страх перед соціальними ситуаціями та взаємодією з іншими людьми. Підлітки з соціальною тривожністю можуть відчувати страх оцінки, постійно переживати через свою поведінку та боятися виступати або спілкуватися з іншими.

Шкільна тривожність: Це тривога, пов'язана зі школою, навчанням та академічними вимогами. Підлітки можуть відчувати тривогу перед тестами, виступами перед класом, низькими оцінками або соціальною взаємодією в шкільному середовищі.

Розлади тривожності: Існують також діагностовані розлади тривожності, такі як панічний розлад, загальний тривожний розлад (ЗТР), соціальний тривожний розлад (СТР), посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та інші. Ці розлади можуть мати серйозний вплив на життя підлітків і вимагати професійної допомоги.

Важливо враховувати, що тривожність може виявлятися у різних комбінаціях і рівнях серед різних підлітків. Вона може бути тимчасовою реакцією на стресові ситуації або довготривалим станом, який потребує підтримки та втручання. Розуміння видів тривожності у підлітків допомагає фахівцям, таким як соціальні працівники, розробляти ефективні стратегії підтримки та інтервенції для подолання тривожності та покращення психологічного благополуччя підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату.

Підлітки з порушеннями опорно-рухового апарату можуть виявляти різноманітні симптоми та прояви тривожності, які можуть бути пов'язані з їхнім фізичним станом та соціально-емоційними викликами.

Фізичні симптоми: Підлітки можуть відчувати фізичні прояви тривожності, такі як серцебиття, пітливість, дихальні проблеми, м'язова напруга, головний біль або шлункові розлади. Ці симптоми можуть бути зокрема помітними у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату, які можуть мати фізичну обмеженість або біль.

Соціальна ізоляція: Підлітки з порушеннями опорно-рухового апарату можуть відчувати тривогу щодо соціальної взаємодії та почуватися відчуженими від своїх ровесників. Вони можуть уникати соціальних подій або почуватися незручно у групових ситуаціях.

Емоційні зміни: Тривожність може супроводжуватися емоційними змінами, такими як постійна напруга, роздратованість, плач, почуття вини або незадоволення собою. Підлітки можуть переживати посилені емоції, оскільки вони зіштовхуються з фізичними обмеженнями та викликами.

Навчальні труднощі: Тривога може впливати на академічні досягнення підлітків. Вони можуть мати складнощі з концентрацією, пам'яттю або виконанням завдань через постійну тривогу та переживання.

Зміни в поведінці: Тривожність може впливати на поведінку підлітків. Вони можуть стати більш замкненими, уникати соціальних ситуацій, знизити активність або втратити інтерес до раніше улюблених занять. Підлітки можуть також розвивати компульсивні звички або ритуали як спосіб заспокоїти свою тривогу.

Враховуючи ці симптоми та прояви тривожності, соціальні працівники і фахівці зі здоров'я повинні виявляти та реагувати на тривожність у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату, щоб надати їм необхідну підтримку та допомогу.

Порушення опорно-рухового апарату можуть впливати на соціальну взаємодію підлітків. Вони можуть відчувати себе менш прийнятими своїми ровесниками або мати складнощі у вступі до соціальних груп. Фізичні особливості можуть створювати перешкоди для активної участі в соціальних активностях, спортивних змаганнях або зустрічах з друзями.

Враховуючи зазначені особливості, соціальні працівники та фахівці зі здоров'я повинні працювати з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату, щоб підтримувати їх в самооцінці, розвитку самовизначення та сприяти їхній соціальній взаємодії. Надання психологічної підтримки, навчання навичкам управління емоціями та просування свідомості щодо стигми можуть бути корисними стратегіями для допомоги підліткам у подоланні цих викликів.

Соціальна робота з подолання тривожності у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату полягає в наданні підтримки, допомоги та інтервенцій для зменшення тривожності та поліпшення добробуту цієї особливої групи молодих людей. Основна сутність соціальної роботи в цьому контексті включає наступні аспекти:

Психосоціальна оцінка: Соціальний працівник проводить оцінку потреб та ризиків у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату, зокрема оцінює рівень тривожності та вплив порушень на їх соціальний функціонування. Це допомагає виявити конкретні проблеми та визначити напрямки роботи.

Індивідуальне консультування та психотерапія: Соціальний працівник здійснює індивідуальні консультації та психотерапію з метою зниження тривожності підлітків. Це може включати в себе розмови, психоосвіту, навчання навичкам управління тривожністю та розвиток стратегій саморегуляції.

Розвиток соціальних навичок: Соціальний працівник сприяє розвитку соціальних навичок у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату. Це може включати тренінги з комунікації, розвиток навичок співпраці та взаємодії з оточуючими, навчання соціальної адаптації та вміння розв'язувати конфлікти.

Сприяння доступу до ресурсів: Соціальний працівник допомагає підліткам та їх сім'ям отримати доступ до ресурсів, які сприяють подоланню тривожності. Це можуть бути медичні, психологічні або освітні послуги, реабілітаційні програми, групова підтримка та інші доступні джерела підтримки.

Планування і координація послуг: Соціальний працівник сприяє плануванню та координації послуг для підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату. Він співпрацює з іншими фахівцями, такими як лікарі, психологи, фізіотерапевти, щоб забезпечити інтегрований підхід до лікування та підтримки.

Застосування соціальних інтервенцій: Соціальний працівник впроваджує соціальні інтервенції, спрямовані на підтримку підлітків з порушеннями опорно-

рухового апарату у подоланні тривожності. Це можуть бути групові сесії, тренінги зі стресового менеджменту, програми соціальної інтеграції та інші заходи, спрямовані на підвищення самооцінки та зменшення тривожності.

Головна мета соціальної роботи з подолання тривожності у підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату полягає в тому, щоб допомогти їм забезпечити належний рівень психологічного комфорту, підвищити їх якість життя та забезпечити соціальну інтеграцію у суспільство.

Отже, різноманітність проявів структури порушення розвитку обумовлює багатоаспектність корекційно-розвивальної роботи з підлітками із порушеннями опорно-рухового апарату, що повинна охоплювати рухову, сенсомоторну, мовленнєву, особистісну сфери розвитку.

Тому кожна людина, яка має рухові порушення, потребує ретельного вивчення її психічного розвитку та визначення відповідних корекційно-розвивальних заходів у спеціально організованому середовищі. Це реалізується на основі використання гнучкого корекційно-розвивального забезпечення в освітніх навчальних закладах.

Теоретико-практичний досвід навчання означеної категорії дітей у спеціальних та загальноосвітніх закладах засвідчує позитивну динаміку психофізичного розвитку учнів на основі використання широкого спектру ігрових, інформаційно-комунікаційних, комунікативних, інтерактивних, проектних, арт-педагогічних технологій навчання.

Уперше розроблені в Україні корекційно-розвивальні програми для молодших учнів із порушеннями опорно-рухового апарату передбачають базовий зміст і авторські програми, які спрямовані на корекцію широкого спектра порушень психофізичного та особистісного розвитку дітей з метою соціальної адаптації та соціалізації таких дітей у суспільство.

Зміст корекційно-розвивальної роботи з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату передбачає тривалу і послідовну допомогу фахівців і батьків в усуненні рухових, інтелектуальних, мовленнєвих, поведінкових порушень з урахуванням специфіки соматичного, неврологічного і психічного стану дитини, його індивідуальних особливостей.

При соціальній роботі з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату можуть використовуватися різні підходи та стратегії, спрямовані на надання підтримки, підвищення самооцінки, сприяння соціальній взаємодії та розвитку самовизначення. До найбільш ефективних та корисних підходів можна віднести:

Індивідуальна робота: Спеціалісти зі соціальної роботи можуть працювати з підлітками індивідуально, встановлюючи довірчі стосунки та розуміння їхніх унікальних потреб. Це дозволяє зосередитися на конкретних проблемах, які виникають у зв'язку з їхнім станом та розвитком, і розробляти індивідуальні плани підтримки та розвитку.

Групова робота: Формування груп підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату може бути ефективним підходом. Групова робота дозволяє підліткам спілкуватися між собою, обмінюватися досвідом та підтримувати один одного. Це

створює сприятливу атмосферу для взаємопідтримки, розвитку соціальних навичок та збільшення самосвідомості.

Партнерство з сім'єю: Робота з сім'ями підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату є важливою. Співпраця з батьками або опікунами дозволяє отримати додаткову інформацію про потреби та проблеми підлітка, а також підтримувати їх у розвитку ефективних стратегій підтримки та взаємодії зі своїми дітьми.

Розвиток навичок самообслуговування: Соціальні працівники можуть працювати з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату для розвитку навичок самообслуговування. Це може включати навчання підлітків незалежності у виконанні різних фізичних завдань, таких як пересування, самостійне одягання, гігієна та інші щоденні дії. Розвиток цих навичок допомагає підліткам почуватися більш незалежними та здатними до самостійного функціонування.

Психосоціальна підтримка: Важливо надавати психосоціальну підтримку підліткам з порушеннями опорно-рухового апарату, оскільки вони можуть зіткнутися зі стресом, тривогою та низькою самооцінкою. Соціальні працівники можуть сприяти розвитку позитивних механізмів копіngu, навчати стратегій управління емоціями, сприяти розвитку соціальної підтримки та надавати простір для висловлення почуттів та думок.

Адаптація оточення: Соціальні працівники можуть сприяти адаптації оточення до потреб підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату. Це може включати роботу з освітніми закладами, спортивними клубами та іншими громадськими установами для забезпечення доступності та включеності. Соціальні працівники можуть надавати консультації та підтримку персоналу, а також сприяти створенню адаптивного середовища для розвитку підлітків.

Висновки. Ефективна соціальна робота з підлітками з порушеннями опорно-рухового апарату передбачає комплексний підхід, що враховує їхні унікальні потреби та виклики. Індивідуальна робота, групова робота, партнерство з сім'єю, розвиток навичок самообслуговування, психосоціальна підтримка та адаптація оточення є важливими підходами, які можуть сприяти позитивному розвитку підлітків з порушеннями опорно-рухового апарату.

Ці підходи допомагають підтримати їхню самооцінку, розвиток самовизначення та соціальну взаємодію. Соціальні працівники та фахівці зі здоров'я мають велике значення в роботі з цією групою підлітків, надаючи їм необхідну підтримку, навички та ресурси для подолання викликів, з якими вони зустрічаються.

Список використаних джерел

1. Про затвердження Класифікатора соціальних послуг: Наказ Міністерства соціальної політики України від 23 червня 2020 року № 429. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0643-20#Text>