

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЖІНКАМИ КРИЗИ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ

Тищенко А. С.

*здобувач вищої освіти рівня магістр
за спеціальністю 053 – Психологія*

Міжнародний гуманітарний університет

Науковий керівник: Жигалкіна Л. М.

Міжнародний гуманітарний університет

м. Одеса, Україна

Наукові дослідження і зарубіжних, і українських психологів свідчать про те, що кризовий період є одним із найбільш складних у житті людини. Практично в усіх сферах життя особистості відбуваються зміни, які супроводжуються сильним супротивом того, що вже минає і тривогою з приводу чогось нового й невідомого. Накопичується незадоволеність роботою, знижується професійна затребуваність. Старі дружні зв'язки, як правило, розпадаються, а нові не створюються. Змінюються цінності людини, виникають протиріччя, конфлікти і розлади із самим собою, актуалізується потреба в пошуку нового сенсу свого життя.

Здатність людини середнього віку комфортно відчувати себе в навколишньому середовищі, формувати навички життєстійкості, розвивати уміння своєчасно долати загрозливі чинники кризового впливу на психічний стан, адаптуватися до кризових умов існування, може підтримуватись сукупністю властивостей та якостей особистості, що формують ресурсність її життєстійкості, зумовлену вибором стратегії долаючої поведінки. Внаслідок аналізу теоретичного матеріалу стосовно особливостей прояву адаптивної поведінки особистості у кризових умовах, у нас виникло припущення, що явища адаптивності особистості жінки до кризових умов під час переживання кризи та вибір стратегій долаючої поведінки гіпотетично взаємопов'язані між собою. З нашої точки зору, показники стратегій подолання стресових ситуацій можуть виявити значущі кореляційні зв'язки з показниками адаптивності і при взаємодії будуть здійснювати безпосередній вплив на зниження рівня травмуючих переживань особистості у кризових умовах. При цьому обов'язково враховуються і властивості особистості, як один із компонентів індивідуально-психологічних особливостей і характеристики життєстійкості як феномен, що допомагає особистості зберегти своє психічне здоров'я після впливу стресових ситуацій.

Беручи за основу науково-психологічні дослідження з проблеми кризи, кризу середнього віку можна визначити як особливе явище в структурі життєвого шляху особистості, у якому наявні дві протилежні тенденції – руйнування старого, що заважає, і водночас створення нового, цілісного й гармонійного. Криза характеризується наявністю сильного супротиву стосовно того, що минає, і тривоги з приводу чогось нового й невідомого.

Оптимізація взаємовідносин «людина-середовище» під час переживання жінками кризи середнього віку відбувається за рахунок збереження відносної сталості внутрішнього середовища (гомеостазу) особистості при використанні сукупності поведінкових актів, доречних в певній ситуації і підтримується встановленням продуктивної взаємодії між людиною та середовищем. Тобто, подолання переживань, що виникають під час кризи, можливе за активізації адаптивності, як властивості особистості, що виявляється у пристосуванні людини, яка знаходиться у ситуації кризи, до всієї багатоманітності життєвих явищ.

Для психологічного портрету групи жінок з низьким рівнем адаптивності, які переживають кризу середнього віку, характерною є екстернальність, спрямованість на пошук у навколишньому оточенні таких людей, які будуть постійними слухачами, помічниками, співрозмовниками, які не лише вислухають, але й зможуть зрозуміти і поспівчувати. У дану групу увійшли особи, які не звикли ризикувати та поспішати з рішенням. Їм потрібен час для зважування вчинку, а за цей час вони когось зможуть умовити виконати певну справу. Вони люблять і вміють маніпулювати іншими, демонструючи при цьому бажання бути чесними і відвертими до навколишніх людей, але швидко підкоряються більш жорстким вимогам осіб, вищих за статусом, стаючи покірними і поступливими. Вміють виявляти яскравість емоційних проявів, чутливо, по доброму і м'якосердечно намагаються ставитися до оточуючих людей. Але їх поведінку супроводжує спонтанність, ситуативність, тривожність, часта збудливість, прояви агресії, гнів, що сприяє внесенню певних розбіжностей та дезорганізованості у групову злагожденість, відволікаючи членів групи від основної діяльності. Ці особи готують себе заздалегідь до подолання симптомів кризи середнього віку, але лише тоді вони почнуть діяти, коли ризик для життя стане мізерним.

Отже, за результатами проведеного дослідження доведено, що вибір стратегій та прояви адаптивної поведінки представниць вибірки при переживанні кризи середнього віку зумовлені спектром властивостей особистості та компонентами життєстійкості.

Беручи за основу науково-психологічні дослідження з проблеми кризи, кризу середнього віку можна визначити як особливе явище в структурі життєвого шляху особистості, у якому наявні дві протилежні

тенденції – руйнування старого, що заважає, і водночас створення нового, цілісного й гармонійного. Криза характеризується наявністю сильного супротиву стосовно того, що минає, і тривоги з приводу чогось нового й невідомого.

2. Оптимізація взаємовідносин «людина-середовище» під час переживання жінками кризи середнього віку відбувається за рахунок збереження відносної сталості внутрішнього середовища (гомеостазу) особистості при використанні сукупності поведінкових актів, доречних в певній ситуації і підтримується встановленням продуктивної взаємодії між людиною та середовищем. Тобто, подолання переживань, що виникають під час кризи, можливе за активізації адаптивності, як властивості особистості, що виявляється у пристосуванні людини, яка знаходиться у ситуації кризи, до всієї багатоманітності життєвих явищ.

3. Згідно з метою і завданнями дослідження у кваліфікаційній роботі використано методичний інструментарій: «Тест-опитувальник соціальної адаптивності» О.П. Саннікової, О.В. Кузнецової; методика «Тест стратегій долаючої поведінки (SACS)» (С. Хобфолл); «Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI)» (І. Фаренберг, Х. Зарг, Р. Гампель); «тест життєстійкості» (С. Мадді, адапт. Д.О. Леонтьєва). Проведений кількісний (кореляційний) аналіз визначив статистично значимі додатні та від'ємні зв'язки на рівні $p < 0,01$ та $p < 0,05$ між показниками адаптивності, стратегій долаючої поведінки, властивостей особистості та життєстійкості.

Найбільшу кількість значущих кореляційних зв'язків з показниками інших психічних явищ виявили показники адаптивності ГДЦ (готовність до здійснення дій, спрямованих на досягнення цілей), УЕП (усталеність емоційного переживання), ТОСО (точність орієнтації в соціальних очікуваннях), ШООС (широта охоплення сигналів соціуму).

Отримані дані узгоджуються із даними інших досліджень, присвячених вивченню переживань та поведінки людини при переживанні кризи. Однак, певною мірою доповнюють їх, оскільки відображають інформацію прояву адаптивності, яка взаємопов'язана із властивостями особистості, вибором стратегій долаючої поведінки, сукупністю властивостей особистості та параметрів життєстійкості у українських жінок середнього віку в умовах, які переживаються особистістю реально в умовах сьогодення, тобто в умовах війни.

Література:

1. Грейсь Л. О. Наукові підходи до аналізу чинників перебігу кризи середини життя. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2012. Вип. 44. С. 59–65.

2. Матохнюк Л. О. Теоретичний аналіз проблеми інформатизації суспільства. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць

Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 37. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2017. 540 с.

3. Моргун В. Ф. Кризові та еволюційні періоди розвитку особистості від народження до смерті: психологія людської долі. *Єдність педагогіки і психології у цілісному навчально-виховному процесі* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (4–5 квітня 1995 р.) / за ред. А. М. Бойко. Полтава, 2005. С. 135–139.

4. Ніколаєнко С., Ніколаєнко О. Поняття адаптації в різних напрямках психології. *Світосгляд. Філософія, Релігія* : зб.наукових праць. Випуск 2. 2012.С. 68–77.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-479-8-119>

БЕЗПЕКА ЗДОРОВ'Я ПАЦІЄНТА В СУЧАСНИХ УМОВАХ: ЕКОЛОГІЧНА ЧИСТОТА РОСЛИННОЇ ЛІКАРСЬКОЇ СИРОВИНИ

Харлампович С. А.

здобувач вищої освіти (магістерського рівня)

Національний медичний університет імені О. О. Богомольця

*Науковий керівник: **Вельчинська О. В.***

доктор фармацевтичних наук,

професор кафедри хімії ліків та лікарської токсикології

Національний медичний університет імені О. О. Богомольця

м. Київ, Україна

Екологічна безпека стає найбільш актуальною під час воєнних дій. Токсичні викиди руйнують та отруюють природні ресурси. Лікарські рослини, що використовуються у медичній та фармацевтичній практиках у якості сировини для виготовлення лікарських засобів, можуть містити токсичні та отруйні речовини та важкі метали, виявляти нецільові ефекти. Тому, вкрай важливим є високотехнологічний інструментальний аналіз рослинної лікарської сировини з метою виявлення токсикантів та попередження забруднення рослинної лікарської сировини, оскільки, від ступеню її чистоти залежить здоров'я та життя пацієнтів.

Живокіст лікарський (*Sumphytum officinale*) – це помірно отруйна, трав'яниста, багаторічна рослина з родини Шорстколистих, яка поширена