

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Педагогічний Університет ім. Комісії Національної Освіти в Кракові
Інституту нейропсихотерапії (Відень, Австрія)
Трансільванський університет Брашова (Румунія)
Центр системно-орієнтованого консультування, лікування та психотерапії ZSB (Австрія)
Центр психічного здоров'я Тоом Паргі (Таллін, Естонія)
Коледж Санта-Фе (США)
Вільний університет Брюсселю (Бельгія)
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»
Криворізький державний педагогічний університет
Регіональне представництво Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини
в Полтавській області
Головне управління Національної поліції в Полтавській області
ГУ ДСНС України у Полтавській області
Управління патрульної поліції в Полтавській області
Центр психічного здоров'я КП «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги
Полтавської обласної ради»
Благодійна організація «Світло надії»
Гендерний центр Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



ПРОЯВИ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ НА РІЗНИХ РІВНЯХ СИСТЕМИ: СІМ'Я, ОСВІТА, СУСПІЛЬСТВО ПІД ЧАС ВІЙНИ

**Збірник наукових матеріалів
II Міжнародної науково-практичної конференції**

23-24 травня 2024 року

Полтава – 2024

3. Філоненко Ю. Психологічні особливості тривожності в юнацькому віці. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. №4. С. 86–94.
4. Юрків Я. І. Умови вирішення конфліктів у підлітковому середовищі соціальним педагогом. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2013. № 2. С. 32–41.
5. Яремчук В. Вплив тривожності на переконання та емоційно-ціннісне ставлення особистості до навчання. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2023. № 2(61) 2023. С. 5–17.

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН: ВИКЛИКИ ТА СТРАТЕГІЇ АДАПТАЦІЇ

Долженкова Олександра

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Науковий керівник: кандидат педагогічних наук, доцент **Іщенко В. І.**

Актуальність теми обумовлена кількома ключовими факторами. По-перше, кліматичні катастрофи, такі як повені, пожежі та урагани, спричиняють значні психологічні травми, що підвищує рівень тривожності, депресії та посттравматичного стресового розладу (ПТСР). По-друге, пандемії, зокрема COVID-19, виявили вразливість систем охорони здоров'я та показали важливість інтеграції послуг психічного здоров'я у загальну медичну допомогу.

Соціально-економічні трансформації, такі як автоматизація праці та глобалізація, призводять до стресу і невизначеності на ринку праці, що впливає на психічне благополуччя. Міграційні процеси, зумовлені війнами та економічною нестабільністю, викликають психологічні травми у переміщених осіб, які стикаються з культурними бар'єрами та дискримінацією.

Соціальна нерівність погіршує доступ до медичних послуг, освіти та економічних можливостей, особливо серед вразливих груп населення, таких як діти, жінки та люди похилого віку. Отже, розробка ефективних стратегій адаптації та забезпечення рівного доступу до ресурсів є критично важливими для підтримки психічного здоров'я у сучасному світі.

Метою дослідження є всебічний аналіз впливу глобальних змін на психічне здоров'я населення та розробка ефективних адаптаційних стратегій. Дослідження спрямоване на:

1. Визначення основних викликів для ментального здоров'я, спричинених кліматичними змінами, пандеміями, соціально-економічними трансформаціями та міграційними процесами.

2. Оцінку впливу цих викликів на різні групи населення, зокрема вразливі категорії, такі як діти, жінки, люди похилого віку та мігранти.

3. Аналіз існуючих стратегій підтримки психічного здоров'я в умовах глобальних змін та визначення їх ефективності.

4. Розробку рекомендацій та інноваційних підходів до покращення системи охорони психічного здоров'я, включаючи профілактичні заходи та інтеграцію цих послуг у загальну систему охорони здоров'я.

Результати дослідження виявили кілька ключових аспектів, що визначають сучасний стан та необхідні заходи для покращення психічного здоров'я населення:

1. Вплив кліматичних змін: було виявлено, що кліматичні катастрофи, такі як повені, пожежі та урагани, суттєво підвищують рівень тривожності, депресії та посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Зокрема, громади, які зазнали серйозних природних катастроф, потребують спеціалізованої психологічної підтримки та довгострокових реабілітаційних програм [3].

2. Пандемії та кризи охорони здоров'я: пандемія COVID-19 значно вплинула на психічне здоров'я населення, викликавши зростання рівня депресії та тривожності через соціальну ізоляцію, страх захворіти та економічну нестабільність. Інтеграція послуг психічного здоров'я в загальну систему охорони здоров'я показала свою ефективність у зниженні негативних наслідків [1].

3. Соціально-економічні трансформації: швидкі технологічні зміни та глобалізація спричинили зростання професійної невизначеності та стресу на ринку праці. Було встановлено, що підтримка професійного навчання та перекваліфікації може зменшити рівень стресу та тривоги серед працівників [4].

4. Міграційні процеси: війни, конфлікти та економічна нестабільність змушують мільйони людей переміщатися, що створює значний стрес та психологічні травми. Мігранти часто стикаються з дискримінацією та культурними бар'єрами, що ускладнює їх адаптацію. Психологічна підтримка та програми інтеграції є критично важливими для їхнього благополуччя [2].

5. Соціальна нерівність: нерівний доступ до медичних послуг та економічних можливостей погіршує психічне здоров'я вразливих груп населення, таких як діти, жінки та літні люди. Забезпечення рівного доступу до ресурсів та психічної підтримки є необхідним для зниження соціальної нерівності [5].

На основі результатів дослідження були розроблені наступні рекомендації:

- розробка та впровадження національних стратегій психічного здоров'я, що враховують вплив кліматичних та соціально-економічних змін;
- інтеграція послуг психічного здоров'я в загальну систему охорони здоров'я, зокрема, в умовах пандемій та інших криз;
- підтримка програм професійного навчання та перекваліфікації, щоб зменшити стрес від технологічних та економічних змін;
- створення спеціалізованих програм підтримки для мігрантів, які враховують їхні особливі потреби та виклики адаптації;
- забезпечення рівного доступу до медичних послуг та ресурсів, особливо для вразливих груп населення.

Умови глобальних змін створюють значні виклики для ментального здоров'я населення, що вимагає розробки та впровадження ефективних стратегій адаптації. Дослідження показало, що кліматичні катастрофи, пандемії, соціально-економічні трансформації, міграційні процеси та соціальна нерівність суттєво впливають на психічне благополуччя людей. Зростання рівня

тривожності, депресії та інших психічних розладів потребує негайних дій на національному та міжнародному рівнях. Для ефективної адаптації до цих викликів необхідно інтегрувати послуги психічного здоров'я у загальну систему охорони здоров'я, розробити та підтримувати програми професійного навчання та перекваліфікації, а також забезпечити рівний доступ до медичних послуг та ресурсів.

Особлива увага має бути приділена підтримці вразливих груп населення, включаючи мігрантів, дітей, жінок та літніх людей. Реалізація зазначених рекомендацій сприятиме не лише покращенню психічного здоров'я, але й підвищенню стійкості суспільства до сучасних глобальних викликів, створюючи умови для сталого розвитку та благополуччя населення.

Список використаних джерел:

1. Лазебна О. В., Тарасенко О. В. Ментальне здоров'я в контексті пандемії COVID-19: стрес та пристосування. *Психіатрія, неврози, прикладна психологія*, 2020. № 4(107). С. 76–80.
2. Біла І. В. Сучасні підходи до психологічної підтримки мігрантів у контексті глобальних міграційних процесів. *Актуальні проблеми психології*. 2019. № 3(50). С. 15–26.
3. Павленко В. Вплив кліматичних змін на психічне здоров'я населення: виклики та можливості. *Український журнал психоневрології*. 2017. № 3(84). С. 54–58.
4. Барановська Н. Психологічний аспект міграційних процесів в Україні: стрес, адаптація, підтримка. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2020. № 70. С. 28–32.
5. Ковальчук В. В., Ляшенко І. Л., Ковальчук А. В. Виклики соціальної нерівності для психічного здоров'я в умовах глобалізації. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*, 2018. №65. С. 20–23.

СТРЕС ТА ЙОГО ВПЛИВ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я

Скидан Світлана

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Науковий керівник: доктор філософії, доцент **Хоменко Є. Г.**

Зважаючи на постанні події, що відбуваються у суспільстві, стрес – це буденна дія, яка супроводжує кожну особистість, проте впливає на ефективність життя кожного по-різному. Поняття «стрес», дуже поширене в нашому повсякденному житті, кожна людина стикається із цим майже кожного дня і це може впливати на ментальне здоров'я.

У науковій літературі термін «стрес» використовується принаймні в трьох значеннях: по-перше, поняття стрес може визначатися як будь-які зовнішні стимули чи події, які викликають у людини напругу або збудження. У теперішній час в цьому значенні частіше вживаються терміни «стресор», «стрес-фактор»; по-друге, стрес може належати до суб'єктивної реакції і в цьому значенні він відображає внутрішній психічний стан напруги та