

2. Радзівілова І. А. Зміст і сутність готовності майбутніх бортпровідників до професійної діяльності. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти України*: матеріали VI міжн. наук.-практ. конф., м. Київ, 20 березня 2018 р. Київ : НАУ, 2018. С. 126.
3. Bor Robert, Lucas Van Gerwen. *Psychological Perspectives on Fear of Flying*. London, UK, Ashgate, 2003, pp. 211–228.

*Науковий керівник: Леся ХОМЕНКО-СЕМЕНОВА,
канд. пед. наук, доцент*

УДК 159.922.6:314.151.3-054.73(477-88)(043.2)

Олена ГОРЛОВА

Національний авіаційний університет, Київ

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЛІТНЬОГО ВІКУ

В умовах глобальних соціально-політичних змін та конфліктів зростає кількість внутрішньо переміщених осіб, серед яких значну частину складають люди літнього віку. Літні люди в цій групі особливо вразливі через свій фізичний, емоційний та соціальний стан, оскільки необхідність адаптації до змін, що відбуваються в організмі з віком, до нової соціальної ролі ускладнюється необхідністю пристосування до вимушених змін, що обумовлені зовнішніми, незалежними від людини, обставинами. За прогнозами ООН, вже до 2050 року чисельність жителів планети, які відзначили 60-річчя, перевищить кількість дітей і підлітків молодше 15 років.

Враховуючи специфіку впливу переміщення на психологічний стан літніх осіб, важливо розробити ефективні методи психосоціальної підтримки, які будуть відповідати їх унікальним потребам. Приймаючи рішення про виїзд з історичної батьківщини, люди, як правило, опиняються в кризових умовах, коли цілком сформовані життєві структури руйнуються і практично не залишається жодних чітких орієнтирів, що визначають подальший розвиток подій. Феномен вимушеної міграції є складним і багатограним процесом. Поняття «міграція» і «вимушена міграція» вбирають в себе цілу низку термінів. До них насамперед належать «біженці», «вимушені переселенці», «внутрішньо переміщені особи».

Аналіз психологічних проблем вимушених переселенців показує, що вони носять комплексний характер, який охоплює всі основні сфери особистості: емоційну, когнітивну, поведінкову, мотиваційну,

комунікативну. Порушення в різних сферах психічного здоров'я переселенців, накладаючись одне на одне, можуть призвести до більш глобальних проблем особистості [8]. Згідно з дослідженнями, більше половини колишніх жителів Донбасу так і не змогли звикнути до нових обставин, що склалися. Для них найбільш гострими були і залишаються питання житла і працевлаштування.

За даними соціологічного опитування, проведеного Інститутом регіональних досліджень імені М.І. Долишнього НАНУ, вимушені переселенці, які переїхали до Львівської області, основними матеріальними проблемами називали нерозв'язані питання з житлом (87,2% опитаних) та працевлаштуванням (65,7%). Аналогічна ситуація спостерігається і в інших регіонах країни. Наприклад, про труднощі з житлом повідомляє 90% внутрішньо переміщених осіб в Харківській області, 88% – в Запорізькій області, 86% – у Дніпропетровській і Миколаївській областях [4].

Більшість внутрішньо переміщених осіб щодня зіштовхуються з побутовими та соціальними труднощами; у них не задоволені базові потреби – безпечні й комфортні умови проживання, харчування тощо. Перед ними виникає низка життєвих проблем, а саме: забезпечення їжею та житлом; відновлення документів; виплата пенсій і державних соціальних допомог; доступ до соціальних та медичних послуг, особливо для тих, хто потребує спеціалізованої медичної допомоги, лікування, реабілітації. Люди літнього віку є соціально вразливою категорією населення, отже обставини переселення посилюють фактори ризику для них.

Згідно зі статистичними даними, у людей, які переселилися з районів бойових дій, у 50% розвиваються посттравматичні розлади або окремі симптоми порушення адаптації. У половини людей, що мають постстресові розлади, протягом року поступово симптоматика вщухає і настає самостійне видужання. Інша половина страждає хронічним розладом і потребує кваліфікованої допомоги. Найбільш вразлива група – це діти, підлітки та особи похилого віку. Крім специфічних біологічних і психологічних особливостей, у осіб похилого віку ригідні/не гнучкі компенсаторні механізми [5].

Дослідження базується на комплексному підході, який включає аналіз наукової літератури, кейс-стаді, анкетування та інтерв'ю з внутрішньо переміщеними особами літнього віку. Проведено аналіз діючих програм психосоціальної підтримки з метою виявлення їх сильних та слабих сторін. Збір даних включає як кількісні, так і якісні методи дослідження, що дозволяє глибше зрозуміти потреби зазначеної категорії осіб.

Результати дослідження підтверджують, що внутрішньо переміщені особи літнього віку відчувають значні психологічні труднощі, зокрема симптоми тривожності, депресії, втрату сенсу життя та соціальної ізоляції. Водночас було ідентифіковано ефективні методи психосоціальної підтримки, які включають індивідуальну та групову психотерапію, програми соціальної підтримки, а також заходи, спрямовані на залучення літніх осіб до активного соціального життя.

Аналіз показав, що внутрішньо переміщені особи літнього віку потребують більш індивідуалізованого підходу у психосоціальної підтримці, що враховує їхні фізичні обмеження, історію життя, сімейний статус та соціальні зв'язки. Ефективні програми підтримки включають не тільки психологічну допомогу, але й соціальну інтеграцію, адаптацію до нового середовища, а також фізичну реабілітацію та медичне обслуговування, що дасть можливість залучення літніх осіб до соціального життя та підтримці здорового старіння.

Необхідність адаптації існуючих програм психосоціальної підтримки під специфічні потреби внутрішньо переміщених осіб літнього віку є актуальним питанням сьогодення. Важливо створити багаторівневу систему підтримки, що включає освітні програми, розробку спеціалізованих інтервенцій та забезпечення доступу до соціальних і медичних послуг. Також критично важливим є залучення спільноти та розробка механізмів соціальної підтримки на місцевому рівні.

Перспективою подальших досліджень є вивчення питання адаптивних ресурсів внутрішньо переміщених осіб літнього віку, які допомагають полегшити та оптимізувати процес адаптації, протистояти труднощам. Система переконань в даному випадку може бути чинником, що визначає ефективність адаптації особистості в кризових умовах. Особливості поведінки людини, її реакція та життєздатність залежать від особистих якостей, ресурсів, адекватних і раціональних установок, схем і стратегій, які формуються в процесі розвитку особистості.

Список літератури

1. Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / – Київ: ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. – 72 с.

2. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю.

А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. – Київ : Ніка-Центр, 2020. – 122 с.

3. Педько К.В. Соціально-психологічні особливості вимушених переселенців. -Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка, 2015, 128 с.

4. Гуляєва, А. С. (2017). Психологічні особливості вимушеного переселення. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології», 2017, 37с.

5. Суший, О. Проблема колективної травми в українському соціумі та пошук стратегій її опанування // Наукові записки. – 2015. - №6(74). – 18 – 31с.

6. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб».

7. Стратегії трансформації і превенції прикордонних конфліктів в Україні. Збірка аналітичних матеріалів – Львів: Галицька видавнича спілка, 2015. – 462 с.

8. Психологія переживання подій: збірник наукових праць / за ред. М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2020. 190 с.

9. World Population Prospect 2022: release note about major differences in total population estimates for mid-2021 between 2019 and 2022 revisions. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division; 2022

*Науковий керівник: Олександра АЛПАТОВА,
канд.псих.наук, професор*

УДК 159.9.072 (043.2)

Олександра ГРИНЕВИЧ
Національний авіаційний університет, Київ

ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ ТРИВОЖНОСТІ, АНАЛІЗ ПРОЯВУ, ПРИЧИН ТА МЕХАНІЗМІВ ЇЇ ВИНИКНЕННЯ

Часто поняття «тривожність» може асоціюватись зі словом «страх» та використовуватись як синонім для позначення цього слова. Також цей термін використовують для відображення емоційного стану, що характеризується такими неприємними почуттями, як: негативні думки, відчуття напруги та неспокою. Також тривожністю часто називають переживання людиною негативних емоцій, які пов'язані з передчуттям