

UDC 01.1

BBK 91

The 3<sup>th</sup> International scientific and practical conference "MAN AND ENVIRONMENT, TRENDS AND PROSPECTS" (February 10-11, 2020) SH SCW "NEW ROUTE" Tokyo, Japan 2020. 411 p.

ISBN 978-966-97856-9-5

The recommended citation for this publication is:

Kilmukhametova Yu.H., Condition of periodontal tissues in patients with urolithiasis // Man and environment, trends and prospects. Abstracts of I International Scientific and Practical Conference. SH SCW "NEW ROUTE" Tokyo, Japan. 2020. Pp. 165-167. URL: <http://isg-conf.com.ua>.

The content and reliability of the articles are the responsibility of the authors. When using and borrowing materials reference to the publication is required.

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

**e-mail: [info@isg-konf.ua](mailto:info@isg-konf.ua)**

**homepage: [isg-konf.ua](http://isg-konf.ua) ©**

2020 International Science Group "isg-konf.com" ® ©

2020 SH SCW "NEW ROUTE"® ©

2020 Authors of the articles

50.	Уханова А. І. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ СТАРШИХ ШКОЛЯРІВ	195
51.	Ткачишина О. Р. АДАПТАЦІЙНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ	200
52.	Prudka L. N. FEATURES OF THE INTERACTION OF THE MEDIA AND THE NATIONAL POLICE	204
53.	Новікова Ж. М. ПРЕВАЛЮВАННЯ ЕМОЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ	209
54.	Матієнко Т. В. ПРОФЕСІЙНЕ САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ	213
55.	KORSAK K., Korsak Y. WHEN HUMANITY SEES THAT NOOERA IS ALREADY COMING ?	219
56.	Bulgak E. D. SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO THE ELDERLY IN MODERN UKRAINE	224
57.	Vavilova A. S. CORRECTIVE METHODS OF ADOLESCENT'S AGGRESSIVE BEHAVIOR	226
58.	Pishchevskaja E. Progress of social networks trends in XXI century and their influence on psychological prosperity of person	229
59.	Merkulova J. V., Danich M. A. CRIMINAL PROFILING: FOREIGN EXPERIENCE	231
60.	Chopchik V., Orlova N. UNIVERSITY CLINIC ON THE BASIS OF STATE - PRIVATE PARTNERSHIP (METHODOLOGY FOR FORMATION)	233
61.	Yurtsenyuk O. S. FEATURES OF DIAGNOSIS AND TREATMENT OF DEPRESSIVE AND ANXIETY DISORDERS AMONG UNIVERSITY STUDENTS	236

УДК 159.922-057.875

**Ткачишина Оксана Романівна**

к. психол. н., старший викладач

Київський університет імені Бориса Грінченка

## **АДАПТАЦІЙНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ**

Життя сучасної людини є досить динамічним та інформаційно насиченим. В період суспільних змін та інтенсивного розвитку інформаційних технологій постійно змінюються умови існування людини у світі. А це призводить до того, що сучасна людина змушена адаптуватися до нових умов та вимог, що висуває до неї суспільство, наука, техніка. З кожним роком ускладнюються і змінюються умови різних видів професійної та навчальної діяльності, з'являються нові професії, висуваються підвищені вимоги до кожної людини. В таких умовах особистість стоїть перед необхідністю змінювати свої форми поведінки, життєві орієнтації, цінності, своє ставлення до життя в цілому, змушена переглядати свій досвід і життєві установки [4].

Розвиток інформаційних та комп'ютерних технологій призводять до прискорення темпів життя, збільшення інформаційного потоку та необхідності сприйняття й переробки людиною великої кількості інформації. Більші можливості, які з'явилися у людини з появою комп'ютерів, змінили її життя – полегшивши його функціонально, ускладнили психологічно. Постає проблема соціально-психологічної адаптації у світі, що постійно змінюється. Людина змушена адаптуватися до нових умов свого існування, нових підвищених вимог до неї з боку соціуму, щоб «йти в ногу з часом» особистість повинна постійно самовдосконалюватись, розвиватись, навчатись, і при цьому, не тільки володіти інформацією, а й вміти критично її осмислювати та слідкувати за різноманітними інноваціями.

Життя особистості в час загальних соціальних трансформацій і потужного інформаційного тиску, які змушують перебувати в стані постійного емоційного напруження, стає загальною нормою. Перебуваючи у ситуаціях постійних стресів та емоційних навантажень, таким проблемам, як внутрішній неспокій, тривога, дискомфорт, зазвичай, не надається належної уваги, не дивлячись на те, що вони можуть призводити до криз, тяжких душевних

розладів, потрясінь, які в трагічних випадках закінчуються самогубством.

На думку медиків, здоров'я людини є тим індикатором, який дуже чітко відображає цивілізаційні зміни. В останні десятиліття, завдяки науково-технічному прогресу, ці зміни стають дуже швидкими. Крім того, вони роблять соціум більш агресивним по відношенню до людини. Соціальні взаємодії часто є головним джерелом серйозних конфліктів та стресу для людини і негативно впливають на фізичне та психічне здоров'я. В багатьох людей реакції на соціальний стрес перестали бути здоровими. Стрес, тривога, депресія стали домінуючими у психічному стані людини. Як результат, головний мозок з його тонкими нейрональними та нейроендокринними системами не встигає адаптуватися до швидких та несприятливих життєвих ситуацій, і ми бачимо дезадаптацію у вигляді збільшення психічних та психосоматичних розладів [3]. Сучасна людина не рідко перебуває в стані тривоги та постійного стресу, що досить часто сприймається як звичне явище.

В період суспільних змін та перетворень актуалізується проблема формування стереотипів, шаблонів мислення, патернів поведінки тощо. Це також зумовлено і підвищеним потоком інформації на особистість, і необхідністю виконання безлічі справ, як правило, в обмежені терміни. Тому існування старих та формування нових стереотипів в таких умовах є незаперечним явищем. Стереотипи існують у будь-яких суспільствах тому, що спрощують людське існування у процесі сприйняття соціальних процесів і явищ усталеними образами, шаблонами, що сформувались у свідомості.

Аналіз наукової літератури засвідчив існування різних поглядів на явище стереотипізації. Загальні підходи й основні напрями вивчення стереотипів було закладено у працях Т. Адорно, У. Липпмана, Г. Олпорта, Г. Теджфела, Дж. Фішмена. Питання стереотипізації та суміжні з ним проблеми розроблялися українськими дослідниками Л. Боровською, Н. Габор, О. Галенком, Н. Годзь, І. Дзюбою, Л. Завгородньою, Л. Компанцевою, Н. Костенко, Л. Павлюк, В. Різуном та ін.

Стереотипи та шаблони мислення особливо актуалізуються в умовах стресових та кризових ситуацій і їх можна вважати важливою складовою активізації адаптаційних ресурсів особистості. Стресові ситуації є більш звичними для сучасної людини, тоді як кризові – є травмуючими і здебільшого пов'язані із зовнішніми непереборними обставинами. Кризові стани та критичні ситуації, що їх зумовлюють, потребують пильної уваги та

аналізу, оскільки від цього залежить включення адаптаційних ресурсів особистості з метою їх розв'язання та подолання.

Кризові стани особистості характеризуються високим рівнем нервово-психічної напруги аж до перенапруги й психічного виснаження. Важливими ознаками кризових станів особистості є високий рівень тривоги, депресії, почуття безпорадності, апатії, суму, гніву, фізичного стомлення, зниження самооцінки, сенситивність, а також наявність психологічної фрустрації як нездоланої перешкоди або життєвої ситуації. Психологічно кризовий стан особистості характеризується інтенсивними негативними емоціями: почуттям невизначеності, занепокоєнням, тривогою аж до дезорганізації, фіксацією на психотравмуючій ситуації, переживаннями власної безпорадності, неспроможності, самотності, безнадійності, песимістичною оцінкою власної особистості, актуальної ситуації й життєвої перспективи, вираженими утрудненнями в плануванні майбутнього [1; 2].

Кризовий стан треба розглядати як нормальну реакцію людини на аномальну (психотравмуючу) подію. Це пов'язане з тим, що людина в процесі подолання кризи може набути нового досвіду, розширити діапазон своїх адаптивних резервів. З іншого боку, у тому випадку, якщо людина схильна реагувати на кризу дезадаптивними реакціями, криза може поглибитися й викликати хворобливий стан, що вимагає спеціалізованої медичної допомоги (психіатра, психотерапевта, суїцидолога). Розвиток клінічної симптоматики в цьому випадку може прийняти катастрофічний характер і призвести до важких порушень психіки (психічних захворювань), смерті або суїциду.

Криза – це ситуація емоційного й розумового стресу, що вимагає значної зміни уявлень про світ і про себе за короткий проміжок часу. Найчастіше подібний перегляд уявлень зумовлює зміни в структурі особистості. Ці зміни можуть мати як позитивний, так і негативний характер. Згідно з даним визначенням, особистість, яка перебуває в кризі, не може залишатися колишньою; іншими словами, їй не вдається осмислити свій актуальний психотравмуючий досвід, оперуючи знайомими, шаблонними категоріями або використовувати прості звичні моделі пристосування.

Критична ситуація – це така ситуація, у якій суб'єкт не може реалізувати основні потреби свого життя і яка ставить його перед необхідністю зміни способу буття. Таким чином, криза – це реакція особистості на критичну ситуацію, що виражається в нездатності

особистості розв'язати цю ситуацію в короткий час і звичний спосіб.

Найсильнішими критичними ситуаціями особистості є такі, що пов'язані з усвідомленням власної смертності (невиліковна хвороба, участь у бойових діях і т.п.), або зіткнення зі смертю іншого (переживання втрати близької людини). Однак в екзистенціонально-гуманістичній парадигмі будь-які критичні ситуації можна розглядати як своєрідне зіткнення зі смертю. Причому, смерть у даному контексті розуміється як трансформуючий процес, відмова від старих, звичних способів буття і підбір, удосконалювання нових, більш адекватних умовам, що змінилися. Критична ситуація переживається особистістю порівнювано. З одного боку, вона може мати руйнівну дію, підвищуючи тривогу й депресію, почуття безпорадності й безнадійності, що може призвести до життєвої кризи. А з іншого, – додати життю значення, зробити його більш повним і змістовним. У кожному разі зіткнення із критичною ситуацією болісно переживається особистістю й змінює її ставлення до життя, смерті, себе й цінностей, що формує різні життєві стратегії, які допомагають людині вийти із критичної ситуації. Ситуації, що вимагають від людини змін у життєвому стилі, способі мислення, способі пізнання й бачення світу або відношення до себе й оточення, можна описати як критичні. Критична ситуація може стати поворотним моментом у житті особистості, а також вести до кризи [1; 2].

Суб'єктивно криза переживається як «безвихідь». Будь-яка критична ситуація потенційно може стати для особистості кризовою (тобто такою, що веде до кризи), – це буде у повній мірі залежати від адаптивних можливостей особистості. У вітчизняній психології сама наявність критичних ситуацій у житті людини розуміється як передумова особистісних змін – змінюється соціальна ситуація розвитку особистості, відбувається зміна ролей, змінюється коло осіб, включених у взаємодію з нею, спектр розв'язуваних проблем і способів життя. Будь-яка кризова ситуація містить небезпеку. Отже, її необхідно уникати, усувати, запобігати, а до того ж і приховувати. Безумовно, що психічні кризи можуть нести в собі загрозу. Багато реакцій, що спостерігаються у зв'язку із кризами, – прагнення до самоізоляції або бурхливої діяльності, – являє собою спробу перебороти ситуацію. Такі типи реакцій можуть бути адаптивними. Причому бажання ізолювати себе не слід змішувати, наприклад, з депресією, як і прагнення бродити без

утоми в кризовій ситуації не можна приймати за контрольований маніакальний стан.

Підеумовуючи, варто зазначити, що в кризових ситуаціях активізуються адаптаційні ресурси особистості, які дозволяють людині пристосуватися до нових обставин, зміненої реальності, створюють умови для їх «прийняття» та переосмислення. На початковому етапі кризової ситуації особистість схильна мислити стереотипно та шаблонно, що певною мірою можна вважати захищеною реакцією психіки на фоні переваги емоційної складової реагування на ситуацію та її сприйняття. Оскільки раціональні можливості психіки у кризовій ситуації не можуть повною мірою бути розкритими за рахунок домінування емоцій. З часом, коли емоційний заряд спадає, людина більшою мірою стає спроможною мислити раціонально та об'єктивно проаналізувати ситуацію, що склалася.

#### Список літератури

1. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія / Кокун О.М. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.
2. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навч. посібник для студентів вищих навчальних закладів / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. – К.: Никацентр, 2006. — 580 с.
3. Практична психосоматика: діагностичні шкали: навч. посіб. / За заг. ред. О. О. Чабана, О. О. Хаустової. – К.: ВНТУ, 2018. – 108 с.
4. Ткачишина О.Р. Психологічна безпека у контексті маніпулятивного впливу на свідомість особистості / О. Р. Ткачишина // Теорія і практика сучасної психології. – Збірник наук. праць. – №1. – Запоріжжя, 2019. – С. 178-182.

**УДК 159.99:32.019.51**

**Prudka Liudmyla Nikolalevna**

Ph.D., Associate Professor

Odessa State University of Internal Affairs

#### **FEATURES OF THE INTERACTION OF THE MEDIA AND THE NATIONAL POLICE**