

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА НОРМАЛЬНОЇ ТА ПАТОЛОГІЧНОЇ ФІЗІОЛОГІЇ**

**III науково-практична конференція студентів та молодих вчених з міжнародною
участю**

**«ВІД ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПАТОФІЗІОЛОГІЇ ДО ДОСЯГНЕНЬ
СУЧАСНОЇ МЕДИЦИНИ І ФАРМАЦІЇ»**

**ВИЗНАЧЕННЯ
СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ
У ЖІНОК РІЗНОГО ВІКУ
В УМОВАХ ТРИВАЛОГО СТРЕСУ**

ДОПОВІДАЧ: Коваленко Лілія
студентка 3 курсу фармацевтичного ф-ту.
НАУКОВИЙ КЕРІВНИК: Гнатюк В.В.,
д. мед. наук, доцент

12 ТРАВНЯ 2021 РОКУ

АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ



У сучасному світі майже всі люди знаходяться в умовах тривалого стресу. Стресові ситуації пред'являють підвищені вимоги до людини, обумовлюють психофізичну, емоційну, психологічну і інтелектуальну напругу людини. Стрес викликає фізіологічні та психологічні зміни у людини, здатний накопичуватися і негативно впливати на його фізичне і психічне здоров'я.

АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ



Копінг-поведінка – це сума когнітивних і поведінкових зусиль, що витрачаються індивідом для ослаблення впливу стресу.

Термін «копінг-стратегії» у 1966 році ввів психолог Річард Лазарус і запропонував свою діагностику того, як ми вирішуємо проблемні і важкі ситуації.

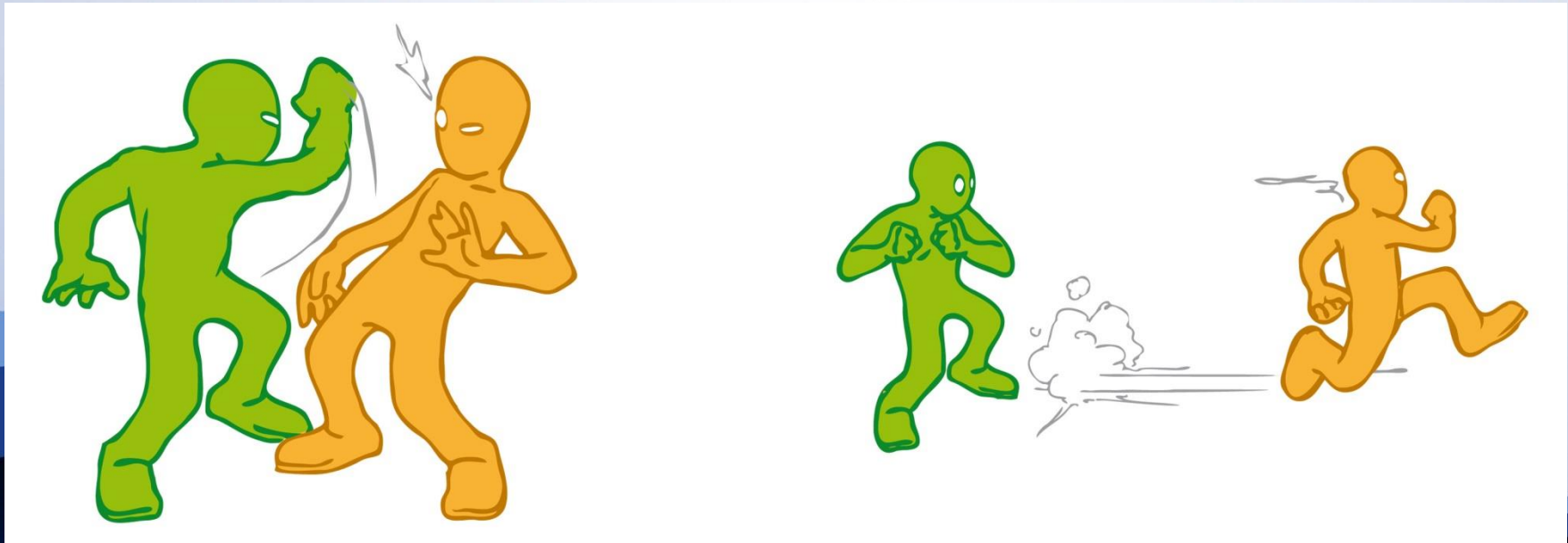


АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ



АКТУАЛЬНІСТЬ ТЕМИ

Дослідження гендерних особливостей подолання стресу показали, що в тривалих стресових ситуаціях у чоловіків спостерігається реакція типу «бій або біжи» (fight or flight), тоді як жінки, як правило, прагнуть «дружи та приручай» (tend and befriend).



МЕТА ДОСЛІДЖЕННЯ

Визначення стресостійкості та копінг-стратегій у жінок різного віку в умовах тривалого стресу.



МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

Дослідження проводилося на базі Бериславського медичного коледжу та Качкарівської загальноосвітньої школи (Херсонська область).

	I група	II група
Кількість учасників	34	15
Вік (років)	15-19	32-64

МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

Визначення стресостійкості проводилося за допомогою тестів «Виявлення стресостійкості особистості» та «Чи рішучі ви?».

Копінг-стратегії визначали за допомогою тесту «Аналіз стилю життя» (Бостонський тест на стресостійкість) та методики «Індикатор копінг-стратегій за Д. Амірханом»



МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

Тест «Виявлення стресостійкості особистості» містить 18 тверджень, кожне з яких необхідно було оцінити від

1 до 3 балів, де 1 бал – рідко, 2 – іноді, а 3 – часто.

Підраховувалась сума усіх балів та проводилася оцінка отриманих результатів за наступними критеріями:

18-22 бали – високий рівень стресостійкості,

26-29 – високий,

30-33 – вище середнього,

34-37 – трохи вище середнього,

38-41 – середній,

42-45 – трохи нижче середнього,

46-49 – нижче середнього,

50-53 – низький,

51-54 – дуже низький.

Тест «Чи рішучі ви?» містить 10 запитань, у яких є по три варіанти відповідей.

В кінці підраховується кількість кожної букви (А, Б, В, Г, Д), і робиться відповідний висновок: якщо переважають букви А і Д – людина не дуже рішуча, Б і Е – рішуча, В і Г – нерішуча.



МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ

Тест «Аналіз стилю життя» містить 20 тверджень, кожне яких оцінюється від 1 до 5 балів, де 1 бал – завжди, а 5 балів – ніколи. Висновок робили за наступними критеріями: менше 10 балів – прекрасна стійкість у стресових ситуаціях, 11-30 – нормальний рівень стресу, більше 30 – людина не дуже противиться стресовим ситуаціям, більше 50 – дуже вразлива до стресу.

Методика «Індикатор копінг-стратегій за Д.Амірханом» складається із 32 тверджень, кожне з яких оцінюється від 1 до 3 балів, де:

3 бали – повністю згоден, 2 – згоден, 1 – не згоден.

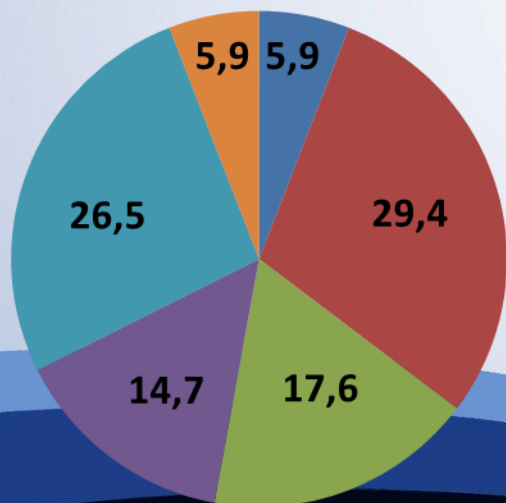
Методика містить 3 шкали: «Вирішення проблем», «Пошук соціальної підтримки», «Уникнення проблем», кожній із яких відповідає певний пункт опитувальника. По кожній шкалі підраховується загальна сума балів(не менше 11), яка потім зіставляється з ключем.



РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

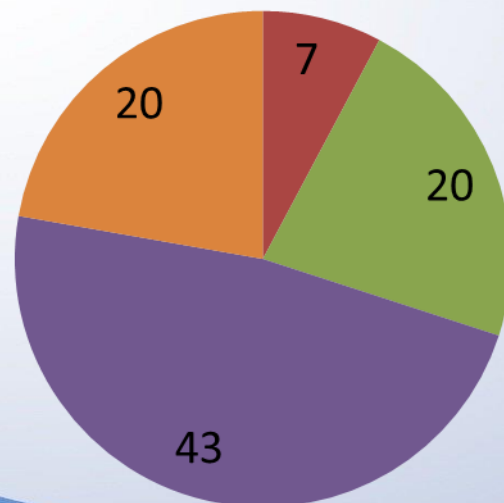
Тест «Виявлення стресостійкості особистості»

I група



■ HC
■ THC
■ C
■ TBC
■ BC
■ BC

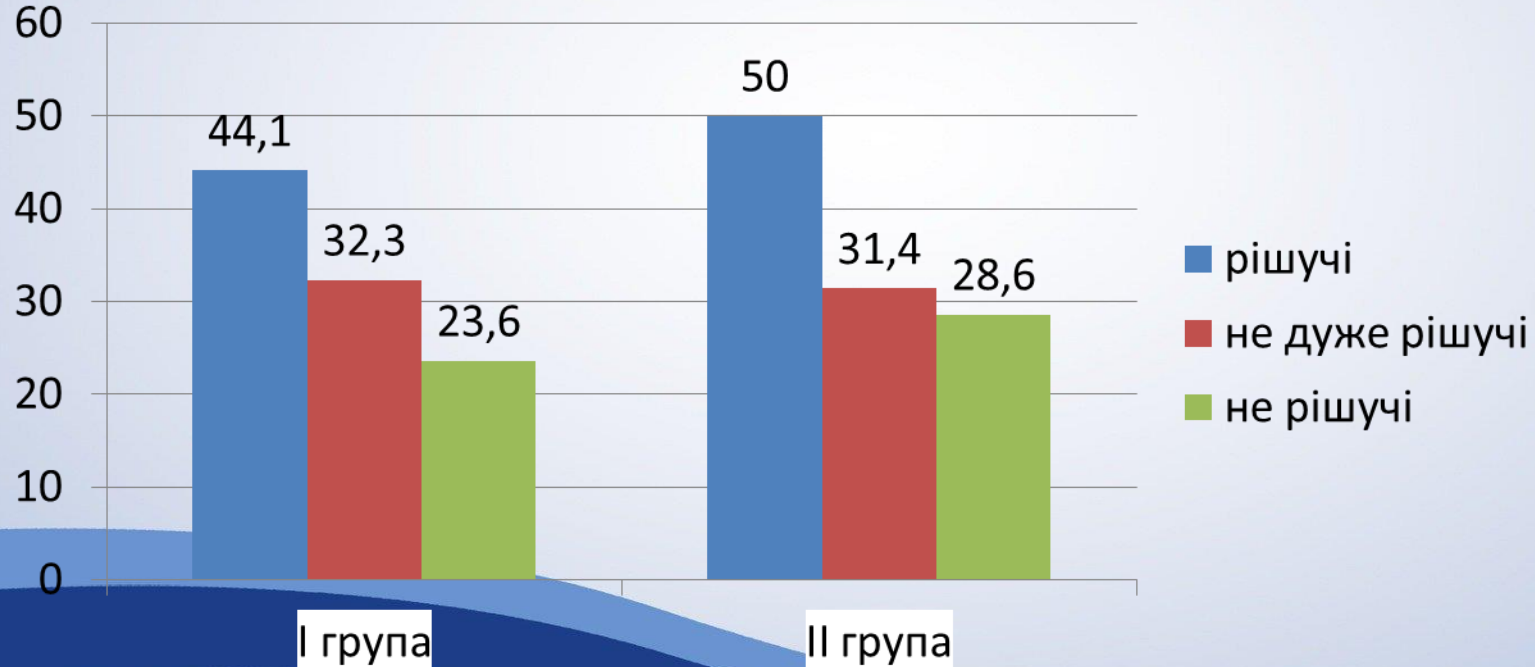
II група



■ HC
■ THC
■ C
■ TBC
■ BC
■ B

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

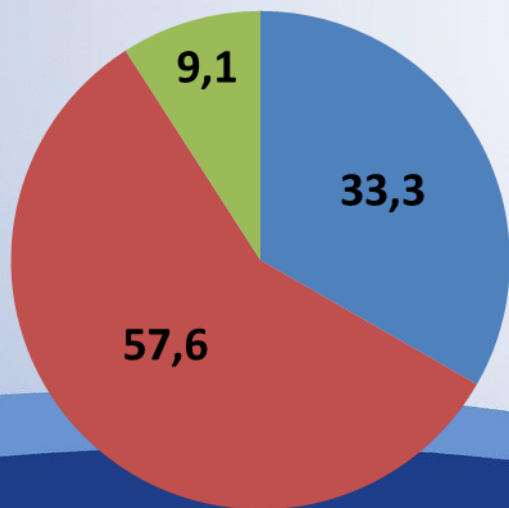
Тест «Чи рішучі ви?»



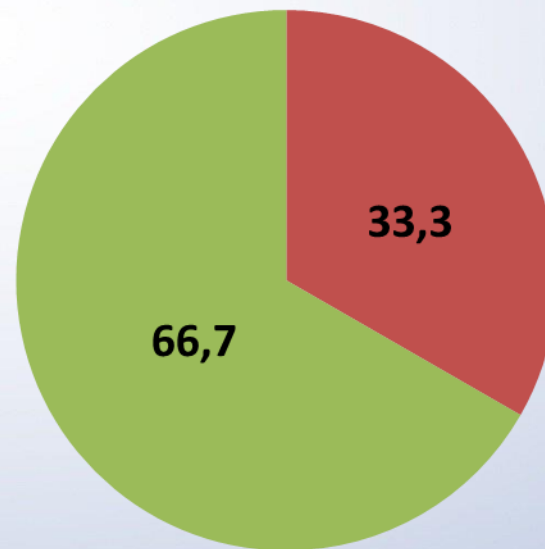
РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Тест «Аналіз стилю життя»

I група



II група

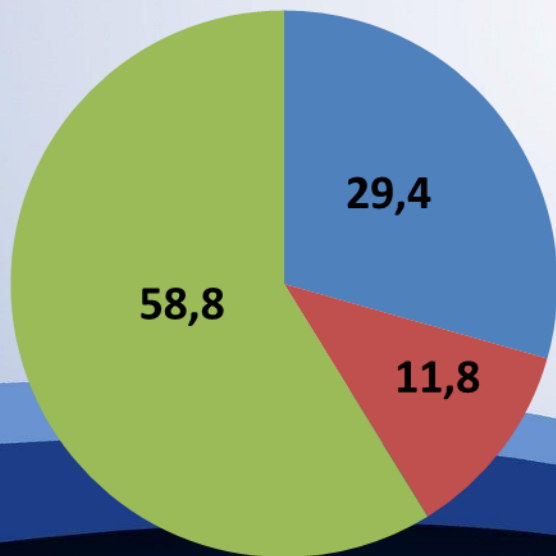


- нормальний рівень
- середній рівень
- низький рівень

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Методика «Індикатор копінг-стратегій» (Д. Амірхан)

I група

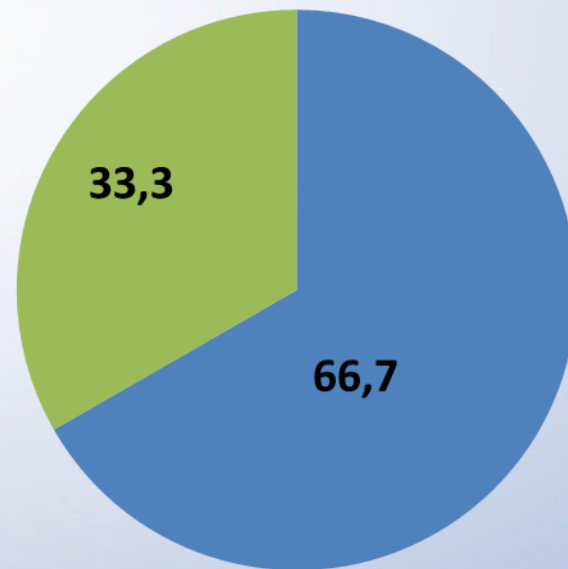


■ рішення
проблеми

■ уникнення

■ пошук
соціальної
підтримки

II група



ВИСНОВКИ

- дорослі жінки менш схильні до стресу ніж дівчата-підлітки, але при цьому вони є більш чутливими до стресу на відмінну від молодих дівчат;
- респонденти обох груп є достатньо рішучими та готовими до вирішення проблеми;
- дівчата-підлітки використовують копінг-стратегію «пошуку соціальної підтримки», дорослі жінки – стратегію «пошуку рішення».

Дякую за увагу!