

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В ПЕРІОД ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ: ОСОБЛИВОСТІ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Національний
фармацевтичний
університет

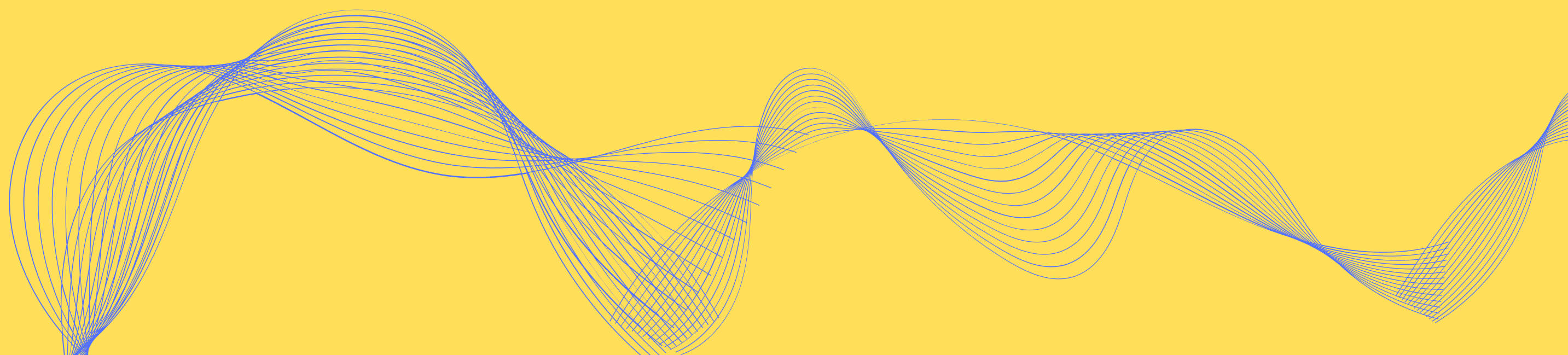
Капріор І.О.
Науковий керівник: Кононенко Н.М.



Основні емоції стресових і постстресових проявів – страх, відчуття жаху, тривога, емоційна травматична пам'ять, емоційна збудливість, лабільність, депресія, відчуття «душевної пустки», гнів, злість, самотність, меланхолія, спустошеність, сором. Вони стають основою широкого діапазону психосоматичних і психічних розладів, впливають на ефект лікування основного захворювання. Пережитий травмуючий досвід може стати причиною розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР)



У сучасних непростих умовах, в Україні активно запроваджуються різнопланові заходи для профілактики ПТСР. МОН наголошує на важливості вживання заходів для максимального забезпечення ЗВО практичними психологами і налагодження належного психологічного супроводу всіх учасників освітнього процесу ЗВО.



Результати досліджень

ПТСР є психологічним станом, який виникає в наслідок психотравмуючих ситуацій, що виходять за межі звичайного людського сприйняття й фізичної цілісності суб'єкта або інших людей.

Вирізняється пролонгованим впливом, має латентний період, і виявляється впродовж терміну від шести місяців до десяти років після перенесення одноразової або повторюваної психологічної травми, спричиненої воєнними діями або іншими стресовими подразниками.





Реакція тривоги



Під дією стресу запускається реакція боротьби або втечі. Відбувається активація симпатичної нервової системи, що мобілізує функціональні резерви для боротьби зі стресом. Під час першої стадії під дією стресора можна спостерігати типові фізіологічні прояви, такі як прискорення серцебиття і дихання, пригнічення травлення, мідріаз, тунельне бачення, тремтіння тощо.

Спротив (адаптація)



Якщо зі стресом не вдалося впоратись одразу, ендокринна система допомагає підтримати відповідь через гіпоталамо-гіпофізарно-адреналову вісь. Відбувається виділення кортизолу, стимулюється метаболізм глюкози, пригнічується імунна система; встановлюється рівновага. Під час цієї стадії можуть спостерігатися зниження працездатності й бажання виконувати будь-яку фізичну активність, зростання апетиту й інші неспецифічні прояви.

Виснаження



Ця стадія виникає у разі, якщо організм більше не може протидіяти стресу і його ресурси виснажилися. Зазвичай причиною цього є тривалий стрес або стрес, який постійно повторюється. В цій стадії зазвичай розвивається хвороба як наслідок виснаження адаптаційних резервів. Прояви подібної дезадаптації різноманітні й стосуються емоційної, когнітивної та соматичної сфер.

Формування якісного фахівця в умовах воєнного стану – виклик сьогодення, який потребує від кожного учасника освітнього процесу максимальної активізації своїх професійних і людських якостей, задля спільної перемоги і на освітянській ниві.

Сьогодні актуальною є потреба створення системи комплексної підготовки викладацького складу ЗВО до навчання студентів з ПТСР. Таку систему слід спрямовувати на інформаційну, просвітницьку, роз'яснювальну роботу щодо збереження фізичного й психічного здоров'я, а також для профілактики постстресових станів у здобувачів вищої освіти і науково-педагогічних працівників ЗВО

Дякую за увагу!

**Саме в наші найтемніші
хвилини ми повинні
зосередитися, щоб побачити
світло. Арістотель**

