

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Полтавський державний медичний університет
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Громадська організація «Всеукраїнська асоціація фізичної медицини,
реабілітації і курортології»
National University of Science and Technology Politechnica of Bucharest
(Romania)
CITY University of London (United Kingdom)
Vilnius University (Lithuania)
Vrije Universiteit (Belgium)
Strasbourg University (France)**



**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ:
РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Збірник наукових матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної
конференції з міжнародною участю**

15 листопада 2023 року

Полтава 2023

Література

1. Дубовик, К. В. (2019). Порухення рухових функцій при розладах аутистичного спектра у дітей. Клінічна типологія та терапія. *Нейро News*. Психоневрологія и нейропсихіатрія.
2. Породько М. І. Особливості застосування фізичної реабілітації з дітьми з аутистичним спектром порушень. Матеріали звітних наукових конференцій факультету педагогічної освіти. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2018.
3. Темерівська, Т. Г., Ворнічеса Т. В. (2018). Особливості фізичної реабілітації дітей з розладами аутистичного спектру.
4. Чернецька, О. (2018). Особливості розвитку рухової сфери у аутичних дітей. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.
5. Шаповалова, І., Псарьова, А. (2017). Вплив засобів фізичної реабілітації на дітей з раннім дитячим аутизмом та з розладами спектру аутизму. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць.

Горошко В.І., к.мед.н., доцент
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ВПЛИВ СТРЕСУ НА СТУДЕНТІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ: АНТИСТРЕСОВІ СТРАТЕГІЇ ТА РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ

На сучасному етапі розвитку вітчизняної системи вищої освіти основною метою є забезпечення її якості, спрямованої на формування активної, здорової, успішної та конкурентоздатної особистості, яка є професіоналом і громадянином. Однак повноцінне вирішення цієї задачі здається складним без організації цілеспрямованих зусиль щодо розвитку деяких акмеологічних інваріантів професіоналізму, зокрема, стресостійкості.

Багато досліджень присвячено проблемі стресу, і серед їхніх авторів відзначаються вітчизняні вчені, а також іноземні науковці, такі як Г. Сельє, С. Ульріх, М. Арнольд, Р. С. Лазарус, Р. С. Лоньє, А. Лехтонен, Е. Хаббард, М. Селігман, Дж. Розенсток, Н. Х. Різві та інші. Сучасні дослідники приділяють особливу увагу виявленню детермінант стійкості до психічного стресу, її проявам у навчальній діяльності, а також ролі у професійному становленні молодого фахівця. Це відображено у працях як вітчизняних, так і іноземних авторів.

Водночас важливо вивчити проблему виникнення стресових ситуацій в навчальній діяльності та розвитку стресостійкості особистості. На сьогодні явище стресостійкості студентів у навчальній діяльності ще недостатньо досліджено. Поява дисгармонійних та деформуючих компонентів, які негативно впливають на якість життя студента та його професійне становлення, не сприяє розвитку стресостійкості.

У творах провідних вітчизняних психологів відзначається, що стійкість та зрілість особистості пов'язані з її умінням орієнтуватися на конкретні цілі,

характером часової перспективи та організацією діяльності. Особливий акцент в зарубіжній та останнім часом в вітчизняній літературі робиться на проблемі поведінки особистості в умовах трудних життєвих обставин, що виникають у процесі життєдіяльності, і визначається терміном «копінг-стратегії» або «копінг-поведінка». Основні концепції відображені у дослідженнях R. Lasarus, P. Thoits, L. I. Pearlin, J. K. Weintraub, R. S. Kessler та інших вчених. Проте важливо відзначити, що проблема формування стресостійкості студентів у навчальній діяльності ще недостатньо глибоко досліджена, не визначені концепції освітнього процесу, які сприяють формуванню стресостійкості студентів. Це викликає протиріччя між важливістю проблеми стресостійкості та недостатньою теоретичною розробкою, між широким теоретичним вивченням та слабкою розробкою практичних технологій формування стресостійкості, а також між потребою у формуванні стресостійкості та недостатнім впровадженням практичних технологій у навчальний процес.

З того, що студенти відчують помітний вплив стресу під час інтелектуальних випробувань, передбачених навчальним процесом у вузі, впливає проблема, яка створює загрозу їхньому психологічному здоров'ю, сприяє демотивації навчання, знижує рівень самореалізації та успішності в учбовій діяльності. На даний момент не розроблені теоретичні основи та практичні технології формування їхньої стресостійкості.

Дослідження проводилося у Національному університеті «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» з участю 26 студентів 1-4 курсів, зокрема 10 чоловік та 16 жінок, у віці від 18 до 20 років. У роботі розкрита визначальна роль антистресових стратегій студентів у розвитку стресостійкості в умовах інтелектуальних випробувань, включаючи дотестові, тестові та післятестові стратегії. Виявлено вплив особистісних та поведінкових детермінант на розвиток стресостійкості студента в ситуаціях інтелектуальних випробувань. Описано структуру особистісного компонента стресостійкості, який включає адекватну самооцінку, тип локуса контролю, мотивацію досягнення успіху та емоційну стійкість. Виявлена група психологічних факторів, які гальмують процес розвитку стресостійкості, до яких відносяться переживання дистресу, антиципація невдач, проблеми здоров'я, знижена самооцінка та дефіцит часу.

У висновках дослідження важливо відзначити, що результати вказують на суттєве вплив стресу під час інтелектуальних випробувань на студентів. Учасники дослідження виявили певні антистресові стратегії, що використовуються в умовах інтелектуальних тестів. З'ясовано, що особистісні та поведінкові фактори впливають на розвиток стресостійкості студентів у подібних ситуаціях.

Структура особистісного компонента стресостійкості, що включає адекватну самооцінку, тип локуса контролю, мотивацію досягнення успіху та емоційну стійкість, була описана на основі отриманих даних. Виявлено групу психологічних факторів, які можуть гальмувати процес розвитку стресостійкості, таких як переживання дистресу, антиципація невдач, проблеми здоров'я, знижена самооцінка та дефіцит часу.

Це дослідження є важливим в контексті розробки теоретичних підходів та практичних стратегій для формування стресостійкості серед студентів у вищих навчальних закладах. Результати можуть бути використані для подальших педагогічних та психологічних інтервенцій з метою поліпшення психологічного благополуччя та навчальної успішності студентів.

Література

1. Кравцова, О. К. (2019). Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*, (7), 98-117.
2. Романюк, В. (2022). Стресореактивність і стресостійкість та психічне здоров'я особистості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія»*, (14), 9-15.
3. Когут, О. О. (2020). Стресостійкість як елемент ефективної організаційної культури. *Вчені записки Таврійського національного університ. імені ВІ Вернадського. Серія: «Психологія»*, 31(70), 4.

Десятник І.В., студентка
спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія»
Горошко В.І., к.мед.н., доцент
*Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

ІНОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ З ОСОБАМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

Вступ. Особи похилого віку в сучасному суспільстві стикаються з різними проблемами, пов'язаними зі здоров'ям і фізичною активністю. Фізична терапія є ефективним інструментом для поліпшення якості життя цієї категорії населення. Однак, у зв'язку зі складними фізіологічними характеристиками та специфікою зміни в їхньому фізичному стані, важливо розробляти та застосовувати інноваційні технології у фізичній терапії з особами похилого віку.

Мета дослідження. Метою цієї роботи є огляд і оцінка інноваційних технологій, які використовуються у фізичній терапії з особами похилого віку. Робота має на меті розглянути різні методики та технології, їх ефективність та вплив на фізичний стан та якість життя пацієнтів.

Інноваційні технології у фізичній терапії з особами похилого віку включають в себе використання сучасних медичних технологій та методів для поліпшення фізичного здоров'я та якості життя цієї категорії пацієнтів. Деякі з інноваційних технологій, які можуть бути використані в фізичній терапії з особами похилого віку, описані нижче:

1. Віртуальна реальність (VR): Використання VR-технологій може допомогти посиленню фізичного тренування та реабілітації у осіб похилого віку. Вони можуть бути задіяні в тренажерах або ігрових платформах, що дозволяють