

ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ
ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ, ЯКІ Є ВНУТРІШНЬО
ПЕРЕМІЩЕНИМИ ОСОБАМИ
В УКРАЇНІ

*Ю. І. Гулий, доцент; П. А. Чернявська, здобувачка вищої освіти
Національний аерокосмічний університет
ім. М.Є.Жуковського «ХАІ»*

Наукові дослідження стверджують, що запорука здоров'я нервових клітин та організму в цілому - збереження стабільного емоційного стану. На жаль, сьогодні в нашій країні війна, тож так чи інакше кожен українець має певний рівень тривожності. Вона проявляється в схильності до надмірного хвилювання в ситуаціях, коли за оцінкою особистості, щось загрожує її життю. За шкалою тривоги Спілберга (STAI), виділяють три типи тривожності: висока, помірна та низька.

За дослідженнями А. М. Петрової («Дослідження рівня стресостійкості різних вікових груп» 2022), серед респондентів різного віку, найбільш схильні до високого рівня тривоги – люди похилого віку. На мою думку. Це пояснюється тим, що: по-перше, особи даної категорії менше ніж інші можуть впливати на свої життєві вибори, пріоритети та життєдіяльність в цілому. По-друге, громадяни похилого віку мають більшу кількість проблем зі здоров'ям, що суттєво впливає на загальний психоемоційний стан. По-третє, осіб цієї категорії набагато тяжче переконати в будь-чому, навіть у дрібних життєвих питаннях, адже вони мудріші та мають більший життєвий досвід.

Таким чином, можна зробити висновок, що психоемоційний стан кожної людини, кожного українця, є надважливим показником, адже в ДНК нашої нації вже закладена витримка та національна ідентичність.