



**PROCEEDINGS OF THE
V INTERNATIONAL SCIENTIFIC
AND THEORETICAL CONFERENCE**

THEORETICAL AND PRACTICAL
SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS:
RESEARCH AND RESULTS OF
THEIR IMPLEMENTATION

27.10.2023

PISA
ITALIAN REPUBLIC

with the proceedings of the

V International Scientific and Theoretical Conference


**Theoretical and practical
scientific achievements:
research and results of
their implementation**

27.10.2023

Pisa, Italian Republic

Pisa, 2023

UDC 082:001
T 44

 <https://doi.org/10.36074/scientia-27.10.2023>



Chairman of the Organizing Committee: Holdenblat M.

Responsible for the layout: Bilous T.

Responsible designer: Bondarenko I.

T 44 **Theoretical and practical scientific achievements: research and results of their implementation:** collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the V International Scientific and Theoretical Conference, October 27, 2023. Pisa, Italian Republic: International Center of Scientific Research.

ISBN 979-8-88955-784-5 (series)

DOI 10.36074/scientia-27.10.2023

Papers of participants of the V International Multidisciplinary Scientific and Theoretical Conference «Theoretical and practical scientific achievements: research and results of their implementation», held on October 27, 2023 in Pisa are presented in the collection of scientific papers.

The conference is included in the Academic Research Index ReserchBib International catalog of scientific conferences and registered for holding on the territory of Ukraine in UKRISTEI (Certificate № 304 dated June 16th, 2023).

Conference proceedings are publicly available under terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-SA 4.0) at the www.previous.scientia.report.

UDC 082:001

© Participants of the conference, 2023

© Collection of scientific papers «SCIENTIA», 2023

© NGO International Center of Scientific Research, 2023

ISBN 979-8-88955-784-5

Мухачова Вероніка Денисівна

Студентка

Харківський національний медичний університет, Україна

Поваляєв Вадим Вячеславович

Студент

Харківський національний медичний університет, Україна

Древаль Мар'яна Василівна

асистент кафедри гігієни та екології №1

Харківський національний медичний університет, Україна

СТУПІНЬ АДАПТАЦІЇ ЛЮДИНИ ЗА КОРДОНОМ ТА ВПЛИВ ПЕРЕБУВАННЯ В ІНШІЙ КРАЇНІ НА ПСИХІЧНИЙ СТАН

Вступ: Життя за кордоном беззаперечно змінило життя українців. Опинившись на території іншої держави, вони «з чистої сторінки» навчаються іншій мові, наново заводять друзів та шукають сенс життя, який відрізняється від попереднього, того, що був на Батьківщині. В цілому, немає єдиного шляху розвитку реакції психіки в даній ситуації, адже стресовий поріг, як і його прояв може бути зовсім різним. Так, багато людей можуть відчувати накопичувальний ефект, збираючи в собі весь стрес, і "вибухаючи", тільки тоді, коли критична позначка була пройдена, а деякі вдало сублімують у собі ті емоції і переживання, які можуть тягнути вниз. У будь-якому випадку різка зміна обстановки негативно впливає на людину, змушуючи її системи адаптуватися під нові умови, вкрай нетипові для її життя. Предмет адаптації в цьому векторі вкрай важливий для гігієни нашого часу, адже багато громадян нашої країни знаходяться зараз за її межами.

Актуальність: Робота в даній сфері є пріоритетною не тільки в гігієні, але і в суміжних до неї наук, наприклад, в психогігієні. Психічне здоров'я є невід'ємним компонентом благополуччя нації та її стабільності, адже стан людини-термін комплексний, без нефізичної частини якого функціональна система індивіда не зможе працювати повною мірою, проявляти когнітивні функції, або, навіть, виконувати самі базові речі та задовольняти потреби.

Мета: Даним дослідженням, ми хотіли б розібратися у можливих факторах, які формулюють адапаційні процеси, а також який у результаті вплив на це має сама людина.

Матеріали та методи: Щоб розібратися в цьому питанні, ми вирішили використовувати метод анкетування, створивши гугл-форму, яка є найбільш зручним інструментом для цього. Для дослідження даної мети було опитано та проанкетовано 51 людину різного віку, найбільшу кількість відповідей ми отримали з наступних вікових категорій: 19-21 рік – 41,2%, 17-18 років – 37,3%. Більше людей залучилось жіночої статі – 72,5%, чоловічої – 27,5%. В опитуванні брали участь люди, які переїхали в нове для них середовище зовсім нещодавно (9,8%) і люди, які вже знаходяться не на території України вже більше року (56,9%) або двох (33,3%). Респонденти здебільшого живуть у Німеччині (51%), Польщі (23,5%) та Італії (5,9%). Також, в опитуванні прийняли люди, що живуть в інших частинах світу, в Азії та Північній Америці.

Результати та їх обговорення: У результаті опитування ми з'ясували, що 80,4% людей зазначили початок військових дій як причину переїзду, 11,8% - навчання у закордонному ВНЗ (або за програмами обміну), 7,8% відповіли, що виїхали через переїзд

сім'ї чи інші сімейні причини та пошук кращого та комфортнішого життя. 45,1% опитаних володіють мовою країни, у якій зараз перебувають, на достатньому рівні, 25,5% тільки починають вивчати, 11% володіють на рівні носія, 7,8% тільки планують вивчати, а 9,8% навіть не планують вивчати іноземну мову. Серед всіх опитаних 64,7% зазначили, що вони мають декілька знайомих, але більшість їх знайомих походять з їх країни, 23,5% мають більше знайомих з країни, у якій зараз і знаходяться, у 2% усі знайомі походять з країни, у якій вони зараз знаходяться, а у 9,8% зовсім немає контактів з місцевим населенням. 70,6% опитаних країна, у якій вони зараз знаходяться, надає допомогу у адаптації, а 29,4% - ні. Серед тих, хто погодився: курси вивчення мови відвідують 30 осіб, інтеграційні заходи – 20, культурні івенти – 18, інші відповіді обрали 5 людей. На питання «як би Ви оцінили свій психічний стан?» 15,7 % опитуваних вважають, що їх психічний стан чудовий. 29,4% - добре, 41,2% - терпимо, 9,8% - погано та 3,9% - дуже погано. 54,9% людей хотіли би повернутись до України у майбутньому, 45,1% не мають такого бажання наразі. При виборі «так» люди керувалися наступними причинами: 19 осіб сумують за рідними, які залишилися на Батьківщині, 7 – з питань роботи/навчання, 12 - не бачать свого майбутнього за кордоном, інші причини вказали 8 людей. У той час, коли респонденти обирали варіант «ні», вони мали на увазі наступні причини: 16 людей обрали страх перед небезпекою, 10 – через гарну соціальну та/або матеравльну підтримку, 17 – з питань роботи/навчання не можуть поїхати в Україну, 10 – втратили житло, інші причини, через які вони не мають наразі змоги поїхати додому вказали 9 індивідів.

Висновки Отже, провівши анкетування серед респондентів, і проаналізувавши наявний масив інформації, можна зробити висновок, що немає єдиної думки щодо адаптації індивіда в середовищі, яке відрізняється від його постійного. Упередження і менталітет людини, яка стає своєрідним реципієнтом у світі, де "донором" служить для нього нетипове оточення, є відцентровою силою у питанні адаптації. Помістивши двох людей у абсолютно однакові умови, ми можемо отримати діаметрально різні результати, тому пошук константи в цьому векторі розгляду питання зводиться до чогось неможливого. Куди важливішим показником є причина, за якою довілля було змінено. Люди, перебування яких в іншій країні є вимушеним, важче справляються з усім накопиченим тягарем проблем, які можуть виникнути. Не менш важливим є і сімейний фактор, який у більшості визначатиметься вже внутрішньосімейними відносинами. У будь-якому з розглянутих випадків, адаптація ніколи не буває легкою, в яких би умовах персона не виявилася. Так що використання гігієни в межах цієї площині є необхідним пунктом