

**Гнатяк О.**  
*студентка групи ПСмз  
юридичного факультету  
Тернопільського національного  
економічного університету  
Науковий керівник: к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри психології  
та соціальної роботи ТНЕУ  
Мудрак М.А.*

## **ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ФІЗИЧНОГО БОЛЮ**

Різні види фізичного болю широко розповсюджені серед усіх вікових категорій людей. Його виникнення має важливе значення, бо сигналізує про хворобу чи появу фактора, який може зашкодити здоров'ю і життю. Таким чином біль слугує захисним механізмом, який створений природою в процесі еволюції. Разом з тим, коли він триває занадто довго, перетворюючись в хронічний, або інтенсивність його дуже велика, виникає потреба медичного втручання. Якість життя осіб, які переживають тривалий фізичний біль значно знижується, з'являються зміни в поведінці, депресія, зменшується чи втрачається працездатність.

Відчуття болю є однієї із природних реакцій на подразнення і слугує організму захисною реакцією для збереження цілісності та безпеки. Людський організм влаштований таким чином, що при народженні саме через біль запускається повноцінне автономне функціонування організму поза межами лона матері. З розвитком та набуттям індивідуального досвіду організм людини виробляє свої специфічні реакції на переживання відчуття болю. В кожному окремому випадку – це залежить від таких чинників: наявність травм, тривалість, важкість та кількість захворювань. Найпоширенішими видами болю, які виникають впродовж людського життя є наступні: головний, поперековий, травматичний, невралгічний та біль при злоякісних пухлинах [1].

Людство з давніх-давен шукало способи впливу на біль. Для цього застосовувались опій, індійська мандрагора, пізніше морфін, «звеселяючий газ», хлороформ. Проте, хоча біль пов'язаний з неприємним сенсорним і емоційним переживанням, він є більш кориснішим для продовження життєдіяльності організму, ніж шкідливим, а тому спроби його применшення не завжди доцільні [1].

Проблема дослідження відчуття болю є міждисциплінарною та знаходиться на стику таких наук як медицина, психологія. З психологічної точки зору розуміння впливу індивідуальних особливостей переживання болю дасть змогу надавати оптимальну допомогу та запобігти наслідкам больового синдрому.

Оскільки відчуття болю – це завжди суб'єктивне переживання, його об'єктивна оцінка є неможливою. Проте клінічні спостереження вказують на те, що при однаковій картині перебігу захворювання, кожен пацієнт переживає біль по своєму. Для об'єктивізації дослідження відчуття болю користуються різноманітними опитувальниками. Респондентам пропонують описати власні відчуття за наступною шкалою: 0 – повна відсутність болю; 1 – біль як «сигнал»; 2 – біль як «хвороба»; 3 – біль як «катастрофа». Враховуються не тільки суб'єктивні оцінки, але і об'єктивні (психофізіологічні ознаки), що важливо для дослідження немовлят та дітей, які не можуть вербально комунікувати. Для оцінки болю мають значення мімічні ознаки, плач, крик, тонус кінцівок, частота пульсу, дихання, рівень артеріального тиску, пітливість. Більш достовірними вважаються методи оцінки, які включають як фізіологічні так і поведінкові прояви. Прикладом використання оцінювання болю немовлят є система мімічних проявів Neonatal Facial Coding System, Neonatal Infant Pain Scale (NIPS), поведінкова шкала болю Behavioral Pain Scale (BPS) для дітей 2-6 місяців. У віковій категорії від 2 місяців до 7 років застосовують шкалу FLACC (Faces Legs Activity Cry Consolability). Для

дітей у віці від 3 до 7 років можливими є розповіді про пережитий біль, його інтенсивність. Для оцінювання використовуються проєктивні методики. Так, шкала обличчя Faces Scale широко використовується для дітей, які можуть вербально описати свій стан і не мають порушень свідомості. Зручними є візуально-аналогові шкали (ВАШ) і опитувальник Мак-Гілла. Ними можна користуватися при дослідженні дітей від 7 років. Від 12 років є можливість використання самоанкетування та щоденника болю. На даний час не вироблено чітких стандартів для методів діагностики болю, визначення ступеню його важкості [2,3].

Відчуття болю залежить від больового порогу, який визначається як мінімальне подразнення, яке викликає реакцію рецептора, для кожного він є індивідуальним. Якщо він низький, то навіть незначний вплив викликає больове відчуття, і навпаки, якщо високий – то відчуття спричинюється сильним подразником. Поняття терпачості до болю визначається властивістю витримувати максимальний рівень подразнення. Больовий поріг не залишається сталим протягом життя і залежить від різних чинників (внутрішніх і зовнішніх) [2].

Больові відчуття в значній мірі залежать від психологічного та емоційного стану, типу нервової системи, темпераменту, фізіологічних особливостей, сили волі, віку, статі, часу доби, ситуації, мотивації.

### Список використаних джерел

1. Бобирьов В. М. Внутрішні хвороби (фармакотерапія больового синдрому) / В. М. Бобирьов, Т. А. Петрова, Г. Ю. Островська. – Полтава : Верстка, 2003. – 240 с.
2. Катілов О.В. Механізми болю і особливості діагностики больових синдромів у дітей/ О.В.Катілов, Н.М.Бандурка, Д.В.Дмитрієв, Л.І. Лайко// Вісник Вінницького національного медичного університету. – 2015. – Т.19. – №1. – С. 224-229. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/vvnmu\\_2015\\_19\\_1\\_61](http://nbuv.gov.ua/UJRN/vvnmu_2015_19_1_61).
3. Харченко Ю.А. Адекватная оценка боли – залог её успешного лечения // Universum: Медицина и фармакология : электрон. научн. журн. 2014. № 4(5).

**Головачук А., Музика І.**

*студентка II курсу бакалаврату*

*та I курсу магістратури*

*юридичного факультету*

*Тернопільського національного*

*економічного університету*

*Науковий керівник: к.психол.н., доцент кафедри*

*психології та соціальної роботи THEU*

*Гірняк А.Н.*

## УМОВИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ЮНАКІВ ДО ШЛЮБУ ТА БАТЬКІВСТВА

Вивчення умов та особливостей психологічної готовності юнаків до батьківства є актуальною соціальною та психологічною проблемою. Батьківство охоплює феномени материнства й батьківства, але не зводиться до їхньої простої сукупності. При відносно достатній розробці окремих проблем материнства (А. Варга, Г. Філіппова) проблема цілеспрямованого розвитку психологічної готовності юнаків до батьківства в науковому плані залишається відкритою. Особливо турбує в умовах сучасного сьогодення проблема недостатньо сформованого рівня культури батьків щодо виконання ними батьківських функцій, соціальних ролей та обов'язків.

Загалом розвиток психологічної готовності молоді до створення сім'ї має бути психологічно обґрунтованим процесом, у ході якого слід мобілізувати їх особистісні ресурси як суб'єктів