УДК: 159.944:504:613.98

Бондаренко Н.О. *к.пед.наук, доцент*
Бізюка В.О. *здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності «Соціальна робота та реабілітація»*
Національний університет біоресурсів і природокористування України
(м. Київ, Україна)

ВПЛИВ ЕКОЛОГІЧНИХ УМОВ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

Постановка проблеми. Актуальність дослідження впливу екологічних умов на психоемоційний стан людей похилого віку зумовлена глобальними демографічними змінами, що супроводжуються збільшенням частки літніх осіб у суспільстві. Сучасні екологічні виклики – підвищення рівня забруднення повітря, шумове та світлове забруднення, недостатня кількість зелених зон у міських агломераціях – створюють додаткові стресові чинники для цієї категорії населення [1]. У зв'язку з тим, що літні люди мають знижену адаптивність і порушену компенсаційну здатність організму, несприятливі умови навколишнього середовища можуть призводити до розвитку депресивних станів, тривожності, когнітивних розладів та загального погіршення якості життя. Отже, формулювання проблеми полягає у визначенні механізмів впливу зовнішніх екологічних факторів на психоемоційний стан літніх людей та розробці ефективних заходів соціальної підтримки для забезпечення їхньої життєздатності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні десятиліття значну увагу наукової спільноти приділено вивченню зв'язку між екологічними

умовами та психоемоційним здоров’ям. Сучасні дослідження засвідчують, що якість повітря, рівень шуму, доступність зелених зон та інші фактори довкілля прямо корелюють із психоемоційним благополуччям літніх осіб. В роботах ряду авторів (наприклад, Федорової І. С., Калью П., Каплана С. та Каплана Р.) виявлено, що позитивний вплив природного середовища сприяє зниженню рівня стресу та поліпшенню когнітивних функцій, тоді як несприятливі екологічні умови стимулюють розвиток депресивних розладів і емоційної лабільності [5]. Особлива увага приділяється аналізу впливу урбанізаційних процесів, які за умов високої концентрації населення та недостатньої озелененості формують негативний емоційний фон і сприяють соціальній ізоляції літніх людей. У зв’язку з цим існує необхідність інтеграції знань з галузей геронтології, екологічної психології та соціології для побудови цілісної моделі взаємодії біологічних, соціальних та екологічних чинників у формуванні психоемоційного стану літніх осіб.

Виклад основного матеріалу. Зміни в екологічному середовищі мають значний вплив на фізіологічне здоров'я осіб похилого віку, що, в свою чергу, впливає на їхній психоемоційний стан. Відомо, що старші люди частіше страждають від хронічних захворювань, таких як серцево-судинні хвороби, захворювання органів дихання, а також знижена функція імунної системи, що робить їх особливо вразливими до забруднення навколишнього середовища [2]. Забруднене повітря, шум, зміни клімату можуть спричиняти погіршення загального стану здоров'я, підвищення рівня стресу, депресивні симптоми, тривожність і зниження якості життя.

Дослідження Каплана С. демонструють, що перебування в середовищі з високим рівнем озеленення не лише сприяє психологічному благополуччю, а й покращує когнітивні функції, що особливо актуально для профілактики нейродегенеративних захворювань. Додатково, взаємодія в соціально активному середовищі знижує ризики розвитку депресивних розладів, сприяє формуванню почуття приналежності до суспільства та підтримує емоційну стабільність [5].

Слід зазначити, що вплив екологічних чинників на психоемоційний стан літніх осіб не є однорідним і варіюється залежно від низки індивідуальних параметрів, таких як стан здоров’я, рівень адаптаційного потенціалу, соціальна підтримка та особистісні ресурси [1]. Особи з високим рівнем соціальної інтеграції та доступом до якісного середовища демонструють кращу стійкість до стресових ситуацій і мають нижчий рівень депресивних симптомів

Збереження психоемоційного здоров'я осіб похилого віку в умовах екологічних змін є надзвичайно важливим для підтримки їхнього благополуччя. Адаптація до змін у навколишньому середовищі включає як індивідуальні механізми психологічної підтримки, так і соціальні стратегії, що допомагають зменшити негативний вплив екологічних стресорів. Важливою частиною цього процесу є надання соціальної підтримки через створення комфортних умов для проживання старших людей, організацію соціальних і психологічних заходів, які допомагають їм адаптуватися до змін і зберігати емоційну стабільність [2].

Соціальні працівники повинні враховувати, що осіб похилого віку можна підтримати не тільки через традиційні інтервенції, а й через більш інноваційні підходи, наприклад, розвиток програм озеленення, покращення доступу до природних ресурсів або підтримка участі у громадських екологічних ініціативах, що знижують стрес і сприяють соціальній інтеграції.

Сприятливі екологічні умови, такі як доступ до зелених зон, чисте довкілля, безпечне міське середовище, позитивно впливають на психоемоційний добробут літніх людей. Прогулянки на свіжому повітрі, взаємодія з природою сприяють зниженню рівня стресу, поліпшенню настрою та підвищенню когнітивної активності. Залучення літніх людей до громадських заходів на відкритому повітрі, заняття фізичною активністю, як-от йога або піші прогулянки, позитивно позначається на їхньому емоційному стані [2].

Адаптація до змін довкілля базується на розвитку психологічної резилієнтності, використанні стратегій подолання стресу та соціальної підтримки. Значну роль відіграють громадські ініціативи, спрямовані на соціальну інтеграцію літніх людей та підвищення їх екологічної обізнаності.

В результаті проведеного аналізу можна зробити висновок, що екологічні умови є одним із визначальних факторів, які суттєво впливають на психоемоційний стан людей похилого віку. Несприятливі умови довкілля, зокрема високий рівень забруднення повітря, шумове та світлове забруднення, а також недостатність зелених зон, сприяють посиленню стресових процесів, розвитку депресивних симптомів, тривожності та когнітивних порушень у літніх осіб. Ці негативні впливи стають каталізатором зниження якості життя та соціальної інтеграції, що особливо критично у зв’язку зі зниженням адаптивних можливостей організму в умовах старіння. Натомість сприятливі екологічні умови, що включають чисте повітря, доступ до природних просторів та комфортне міське середовище, позитивно впливають на психоемоційний добробут, сприяють зниженню рівня стресу, покращенню когнітивної активності та підтримці соціальних зв’язків.

Перспективи подальших досліджень мають бути спрямовані на розширення емпіричної бази даних із залученням репрезентативних вибірок літніх осіб з різних регіонів, що дозволить точніше визначити специфіку впливу окремих екологічних чинників на психоемоційний стан. Важливим напрямком є вивчення індивідуальних відмінностей, зокрема аналіз ролі стану здоров’я, рівня адаптаційного потенціалу та соціальної підтримки, що може модулювати вплив несприятливих умов довкілля.

Список використаних джерел:

1. Андрєєва О., Гакман А. Вплив способу життя на показники психоемоційного стану осіб похилого віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2022 № 3 С.32–36 http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/article/view/267366 (дата звернення: 03.04.2025)

2. Бєлов В., Котова А., Магльований, А. Валеологічні основи психофізіології старіння: теоретичний аналіз. Київ: Наукова думка. 2017. С. 33-45.

3. Гакман АВ, Зорій ЯБ, Балацька ЛВ, Молдован АД. Теоретичні засади оздоровчорекреаційної діяльності у структурі дозвілля людей похилого віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науковопедагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт),* 2021 №10(141) С. 4 – 30

4. Федорова І. С. Психологічні аспекти старіння: вплив ейджизму на соціальну активність літніх людей. Луганськ: ЛНУ, 2016. С. 66-80.

5. Kaplan, S. The restorative benefits of nature: Toward an integrative framework. *Journal of Environmental Psychology*. 1995, 15(3), P. 169-182. https://sci-hub.se/10.1016/0272-4944(95)90001-2

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ
Факультет аграрного менеджменту
(кафедра виробничого та інвестиційного менеджменту)
Гуманітарно-педагогічний факультет
(кафедри соціальної роботи та реабілітації)
Purdue University (USA)
Fater Academy of India (India)
Національний університет «Запорізька політехніка»
НТУ «Дніпровська політехніка»

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ
IX МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ, АСПІРАНТІВ І МОЛОДИХ ВЧЕНИХ «РОЛЬ МОЛОДІ У РОЗВИТКУ АПК УКРАЇНИ»



15-16 квітня 2025 р.
Київ, онлайн, Zoom

Роль молоді у розвитку АПК України [Електронний ресурс]**:** зб. матеріалів IX міжнар. наук.-практ. конф. (15-16 квітня 2025 р.). Київ: НУБіП України, 2025. 362 с. PDF-формат; мережеве видання; інституційний репозитарій.

КОНФЕРЕНЦІЯ ПРОВЕДЕНА В РАМКАХ ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ПРОЄКТУ МОДУЛЬ ЖАНА МОНЕ «ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ЕКОНОМІЧНОЇ ІНКЛЮЗІЇ В ЄС» ЗА ПІДТРИМКИ ЕРАЗМУС+, 101127466 – EPSEI – ERASMUS-JMO-2023-HEI-TCH-RSCH

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the authors only and do not necessarily reflect those of the European Union or European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Рекомендовано до друку Вченою Радою факультету аграрного менеджменту (протокол № 11 від 19 травня 2025 року)

Збірник укладено за матеріалами IX міжнародної науково-практичної конференції «Роль молоді у розвитку АПК України». Наповнення рубрик синхронізовано з основними напрямами роботи конференції.

Видання розраховано на науковців, викладачів, аспірантів, здобувачів вищої освіти.

The collection is based on the materials of the V International Scientific and Practical Conference "The Role of Youth in the Development of AIC of Ukraine", conducted by the Faculty of Agrarian Management and the Faculty of Humanities and Education of the National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine. The content of the sections is synchronized with the main directions of the conference.

The publication is designed for scientists, teachers, graduate students, students.

Редакційна колегія:

Шинкарук Л.В., д. екон. наук, проф., член-кореспондент НАН України (голова); Дєліні М.М., д. екон. наук, професор; Прушківська Е. В., д. екон. наук, професор; Сопівник І.В., д. пед. наук, доцент, завідувач кафедри соціальної роботи та реабілітації; Супрун Д.М., д. пед. наук, професор; Осадченко І.І., д. пед. наук, професор; Власенко Т.О, к. екон. наук, доцент, звідувач кафедри виробничого та інвестиційного менеджменту; Алексеєва К.А., к.наук з держ. упр., доцент; Гаврилюк В.П. к.екон. наук, доцент; Дергач А.В., к.наук з держ. упр., доцент; Лобунець Т.В., к. екон. наук, доцент; Чемодуров О.М., к. екон. наук, доцент; Юзба В.О. к. екон. наук, доцент; Прохорчук О.М., к. пед. наук, доцент; Тілікіна Н.В., к. екон.наук, доцент; Мовчун С.В., к.екон.наук; Власенко К.О., к.пед.наук; Голєва М.С.,PhD, асистент; Будегай В.А., асистент; Кендус Д.І., асистент.

Тези доповідей подано в авторській редакції.
Автори відповідають за достовірність викладеного матеріалу,
за правильне цитування джерел, посилання на них та інших відомостей.
Передруковувати опубліковані в збірнику матеріали
дозволяється тільки за згодою авторів

© НУБіП України,
2025 © Автори, 2025