

Ненормативна лексика (також нецензурна лексика, обсценна лексика, лихослів'я) — табуїрована (неприпустима) лексика, яку носії мови сприймають як відразливу, непристойну. У це визначення входять такі поняття, як блюзнірство, прокльони і лайка. Така мова перебуває поза нормальним стилем спілкування.

Ненормативна лексика є сегментом лайливої лексики різних мов, що включає невічливі, непристойні, вульгарні та лайливі вирази. Використання ненормативної лексики має чіткі національні, культурні, та соціальні ознаки і суттєво відрізняється в різних культурах та соціальних групах. Кожне суспільство визначає окремо, що належить до ненормативної лексики, або лайки, і формулює своє ставлення до неї. В багатьох країнах світу існують закони, які обмежують використання такої лексики у публічному житті, у ЗМІ тощо.

ВПЛИВ ОНКОЛОГІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ЛЮДИНИ

рядовий міліції, курсант 2-го курсу психологічного факультету навчально-наукового інституту підготовки кадрів громадської безпеки та психології служби НАВС

Габрієльчик Олександра Ігорівна

Науковий керівник: кандидат юридичних наук, старший наукових співробітник, начальник наукової лабораторії прикладної психології НАВС **Юсупов В.В.**

З розвитком онкології стали особливо актуальними є питання психоемоційного стану онкологічних хворих. Стає очевидним, що злоякісні пухлини або карцинома - це одне з захворювань, яке несе в собі потужне стресове навантаження. Ця виняткова тяжкість пояснюється тим, що для більшості пацієнтів і їх родичів слово «рак» є прямим синонімом приреченості, свого роду смертним вироком.

Захворюваність на злоякісні пухлини безперервно зростає. Щорічно в світі реєструється близько 6 мільйонів нових випадків захворювання злоякісними пухлинами. Найбільш висока захворюваність серед чоловіків відзначена у Франції (361 чоловік на 100 000 населення), серед жінок у Бразилії (відповідно 283,4 — на 100 000). Частково це пояснюється старінням населення.

Відомо, що емоційний стан людини є причиною багатьох захворювань. Ще вчені старовини приділяли увагу неподільності тілесного і психічного. Кожен орган був описаний в тісному зв'язку з відповідною органічною емоцією. Хвороба органу впливає на

емоційний стан людини, невідреаговане почуття сприяють захворюванню органу - це постулати концепції єдиного організму, де симптоми можуть мати особистісний сенс.

Однією з важливих психологічних проблем в онкологічній клініці є проблема реакції особистості на хворобу. Від того, як хворий відноситься до свого захворювання, залежить загальний успіх лікування.

Купірування на перших етапах терапії несприятливих емоційних впливів, є не менш важливим завданням, ніж безпосереднє лікування соматичного захворювання.

Автор дослідив особливості впливу емоційних порушень на ставлення до своєї хвороби у онкологічних хворих через гіпотезу дослідження: онкологічні захворювання негативно впливають на психоемоційний стан хворого.

Дослідження проводилось на базі Інституту онкології та радіології, у дорослому відділенні, кількість членів яких становить 36 осіб, віком від 18 до 21 року.

Нами було проведення тестування за методикою багатофакторного опитувальника особистості Р.Кеттела, на основі аналізу результатів якого, ми можемо розглянути психо-емоційний стан онкологічно-хворого.

При інтерпретації отриманих результатів доцільно використовувати не тільки виразність окремих чинників, але і їх поєднань, що утворюють симптомокомплекс комунікативних, інтелектуальних, емоційних і регуляторних особистісних властивостей. При цьому слід враховувати не тільки полюсні значення факторів, а й середні, які досить часто зустрічаються в практиці роботи психолога.

У групі емоційних властивостей об'єднуються наступні фактори:

С - емоційна стійкість

Е - безтурботність

Н - сміливість у соціальних контактах

І - емоційна чутливість

О - тривожність

Q4 – напруженість

Поєднання факторів С і І характеризує чутливість особистості до емоційних впливів.

Низькі значення факторів С (1-3 стени) і високі значення фактора І (8-10 стени) означають, що людина сприймає те, що відбувається навколо нього насамперед емоційно. Емоційна чутливість висока. Емоції виникають швидко, з будь-якого, навіть незначного, приводу. Спектр емоційних переживань різноманітний:

від захопленості, задоволення до страху, тривоги і депресії. Емоції перетворюються в основний регулятор поведінки і взаємин з людьми.

Поєднання факторів Н і F відображає схильність до ризикованої поведінки.

Середні значення факторів Н (4-7 стенів) і F (4-7 стенів) відображають прагнення людини знаходити позитивне в житті. Однак повністю відключитися від неприємностей, від повсякденних проблем не вдається. Вірить в удачу в тому випадку, якщо коли ситуації знайомі і можна використовувати перевірені досвідом стратегії поведінки і рішення задач. Ризикує виважено. Ризиковані ситуації привертають тоді, коли ризик виправданий і успіх реально досяжний.

Поєднання факторів О і Q4 характеризує різні прояви тривожності як особистісного властивості.

Високі значення факторів О (8-10 стенів) і Q4 (8-10 стенів) описують людини, яка часто тривожиться про можливі невдачі і неприємні події, жалкує про минулі своїх вчинках. Незадоволений собою, переживає почуття провини, що створює труднощі у взаєминах з оточуючими. Болісно переносить критику на свою адресу. Похвалу, компліменти приймає з великою недовірою. Перешкоди на шляху до досягнення мети сприймає як непереборні, схильний фіксуватися на неприємних сторонах подій, що перешкоджає пошуків виходу із проблемних ситуацій.

Отже, ми визначили, що основними проблемами є висока тривожність, чутливість осіб до емоційних впливів і схильність до ризикової поведінки, на що і треба спрямувати роботу соціальних і медичних психологів, адже позитивні емоційний настрій є одним із допоміжних чинників швидшого одужання.

Можемо навести декілька простих порад, притримуючись яких можна навчитися подолати неприємні життєві ситуації.

1. Намагайтесь бути в житті філософом (а коли це необхідно, згадуйте про почуття гумору, через його призму життя бачиться набагато легше).

2. Намагайтесь дивитись на все зі сторони. Так легше тримати себе в руках.

3. Ніколи не скаржтесь – від цього не стане легше. Але проте це не означає, що не треба розповідати про свої проблеми близьким, тим, хто Вас розуміє та підтримує. Розмова допомагає зняти напруження та проаналізувати ситуацію оповідачу.

4. Не марнуйте дарма часу на тривоги та побоювання, шукайте позитивні сторони подій.

5. Намагайтесь любити себе більше, ніж Ви до цього робили.

6. Не залишайтеся у стані нерухомості, шукайте вихід. Крім Вас нікому не вирішити вашу проблему.

7. Допомогайте іншим. Життєвий досвід може стати вам у пригоді.

8. Не покладайте рук і не переставайте боротися.

9. Подивіться на ситуацію по-новому, з іншої точки зору, ніж та, котра була у Вас до цього.

10. Вчіться відпочивати, знаходячись у стресових ситуаціях. Фізичні навантаження допомагають на деякий час «відключитись» від проблем. Це дуже добрий метод відпочинку для мозку.

11. Просто чудово, якщо у вас є хобі. Зазвичай улюблені захоплення допомагають розслабитися та приносять багато приємних емоцій.

12. Думайте позитивно. Налаштовуйте себе на позитивний результат, підсумок.

13. Кричіть та плачте. Іноді це буває дуже корисним і необхідним.

14. Злегка натисніть на скроні. Масажування нервів полегшує біль і усуває різноманітні недомагання.

15. Слухайте музику. Ніщо так не розслаблює і не заспокоює, як позитивна музика.

16. Лічіть до десяти. Перед тим, як зреагувати на ситуацію, полічіть до десяти про себе. Така пауза дає змогу взяти себе в руки.

17. Прийміть гарячу ванну. Гаряча вода дуже гарно розслаблює.

18. Прогуляйтеся по місцевості з гарним краєвидом. Картина, яка радує око, розслаблює та згладжує негатив.

19. У тяжких стресових випадках краще звернутися за допомогою до психолога чи, хоча б, зателефонувати до телефону довіри чи екстреної психологічної допомоги.

20. Підтримку краще всього шукати серед тих, кому Ви дійсно довіряєте. Тільки такі люди зможуть стати для людини опорою в важкій життєвій ситуації.

Треба завжди пам'ятати, що безвихідних ситуацій не буває. За допомогою таких порад Ви можете навчитися створювати власними руками сприятливе середовище для життя, а саме: стримувати свої емоції, боротися зі своїм норовом та темпераментом та допомагати цими порадами своїм родичам і друзям.