

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ



**ОСОБИСТІСТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО
В ЦИФРОВУ ЕРУ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР**

МАТЕРІАЛИ IV МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

21 червня 2024 року

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

**Факультет психології, політології та соціології
Кафедра психології**

*IV МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА
КОНФЕРЕНЦІЯ*

**«ОСОБИСТІСТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО В
ЦИФРОВУ ЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР»**

21 червня 2024 року

Одеса – 2024

УДК 159.923.2(063)

Редакційна колегія:

Відповідальний редактор – **Аракелян М.Р.**, доктор юридичних наук, професор, проректор з наукової роботи Національного університету «Одеська юридична академія», заслужений юрист України.

Члени редколегії:

Цільмак О.М. – доктор юридичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Ульянов В.О. – доктор медичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Татьянчиков А.О. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Лісовенко А.Ф. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Ташматов В.А. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія».

Матеріали представлені в авторській редакції. Редакційна колегія не несе відповідальності за їх зміст.

Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір : матеріали IV міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21 червня 2024 року) / за заг. ред. проф. Аракеляна М.Р. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2024. 217 с.

УДК 159.923.2(063)

<i>Карасені О.В.</i> ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ ДО СТРЕСУ ТА ПІДТРИМКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ.	81
<i>Качур В.О.</i> ЧАС ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.	84
<i>Корнута Л.М.</i> ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ФОРМУВАННЯ ІМІДЖУ ПУБЛІЧНОГО СЛУЖБОВЦЯ.	89
<i>Король О.О.</i> ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ.	92
<i>Лелюк А.С.</i> ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	100
<i>Лісовенко А.Ф., Карасені О.В.</i> ІДЕНТИЧНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ У КІБЕРПРОСТОРІ.	104
<i>Лісовенко А.Ф., Татъянчиков А.О., Короход Я.Д.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В КІБЕРПРОСТОРІ.	109
<i>Лохматова Д.О.</i> ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЯХ.	114
<i>Маковецька М.О.</i> ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ	118
<i>Мамосуєва О.В.</i> ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ РОЛЬОВИХ ОЧІВАНЬ ПАРТНЕРІВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ.	122
<i>Марківська О.С.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОБРАЗУ «Я» ЖІНОК В ЗАКОРДОННИХ ТА ВІТЧИЗНЯНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТЕОРІЯХ.	126
<i>Мілорадова Н.Е.</i> ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ – ПОШУК СЕНСУ ЖИТТЯ (ТЕХНІКА ІКІГАЙ).	131
<i>Наточій М.Е.</i> ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.	135
<i>Онішкевич А.Д.</i> ТЕХНІКИ ВИРАЖЕННЯ ТА ПРОЖИВАННЯ ЕМОЦІЙ І ПОЧУТТІВ.	140
<i>Папінян В.В.</i> ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ.	147
<i>Піневич І.Д.</i> ВПЛИВ СОЦМЕРЕЖ ТА ІНТЕРНЕТУ НА САМООЦІНКУ ОСОБИСТОСТІ.	150
<i>Рєпнова Т.П., Кирилов В.В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У НІМЦІВ ТА УКРАЇНЦІВ.	154
<i>Рєпнова Т.П., Мучичка А.В.</i> ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ УМІННЯ, ЯКІ ДЕТЕРМІНУЮТЬ ПРОФЕСІЙНУ УСПІШНІСТЬ ПСИХОЛОГА.	158
<i>Роспорня Д.С.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО КІБЕРСЕРЕДОВИЩА.	161
<i>Самара О.Є.</i> ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЛОГОТЕРАПІЇ.	166
<i>Сорочинський О.В.</i> ПСИХОЛОГІЯ ПОДРУЖНЬОЇ ЗРАДИ.	170
<i>Степанюк Я.В., Федонюк С.В., Поручинський А.І., Ульянов В.О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ	173
<i>Сухота І.В.</i> ЗВ'ЯЗОК ГЛОБАЛЬНОЇ МІГРАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ У СУСПІЛЬСТВІ.	178

Keywords: professional activity, professionally important skills of a psychologist, personal qualities of a psychologist, professional success.

Роспорня Дар'я Сергіївна

здобувачка 4 курсу факультету психології, політології та соціології

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: кандидат політичних наук, доцент Третьякова Т.М.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО КІБЕРСЕРЕДОВИЩА

Психологічні особливості адаптації особистості до кіберсередовища є надзвичайно актуальними у наш час і зростають у значущості в контексті швидкого розвитку цифрових технологій. Сучасний світ переживає глибоку цифрову трансформацію, де практично всі аспекти життя перетворюються або стають пов'язаними з кіберсередовищем. Від освіти і роботи до спілкування та розваг - всі ці сфери вимагають від нас адаптації до цифрового простору. Розуміння і розвиток психологічних особливостей адаптації до кіберсередовища є критично важливими для ефективного функціонування в сучасному цифровому світі.

Мета роботи є теоретичний огляд механізму адаптації особистості, зокрема пристосування поколінь молодшого та старшого віку до кіберсередовища.

Адаптація - це процес пристосування до нових умов або оточення. У психології та соціології цей термін часто використовується для опису реакцій людини на зміни в її житті, навколишньому середовищі або ситуації. Це може включати розвиток нових навичок, зміну уявлень або прийняття нових ролей. Адаптація є важливим процесом, оскільки дозволяє людині успішно функціонувати в нових умовах і досягати своїх цілей.

З інтенсивним розвитком Інтернету та цифрових технологій стає важливим дослідження психологічних аспектів адаптації різних поколінь до цього нового кіберсередовища. В даній статті ми проаналізуємо відмінності та спільні аспекти психологічної адаптації молодого та старшого покоління до кіберсередовища.

Молоді люди, які виросли в епоху Інтернету, часто описуються як "цифрові нативи". Вони зазвичай мають високий рівень технологічної грамотності та відчують себе комфортно у цифровому середовищі. Для молодого покоління використання Інтернету є не лише засобом спілкування та розваги, але й необхідною частиною повсякденного життя.

Проте навіть серед молодого покоління можуть виникати психологічні проблеми внаслідок великого використання Інтернету, такі як залежність від соціальних мереж, порівняння себе з іншими в онлайн-середовищі та стрес від навалу інформації.

У той час як деякі представники старшого покоління можуть бути відкриті до використання Інтернету та цифрових технологій, багато з них відчують себе незручно у цьому новому середовищі. Це може бути пов'язано з відчуттям неувagi до нових технологій, боязню порушення приватності або просто з необізнаністю з їх використанням.

Психологічна адаптація старшого покоління до кіберсередовища часто потребує додаткових зусиль. Для багатьох людей це може включати участь в спеціальних курсах або тренінгах з цифрової грамотності, підтримку та допомогу від молодших членів сім'ї або інших спільнот, а також поступове ознайомлення з новими технологіями.

Незважаючи на відмінності між молодим та старшим поколіннями, існують деякі спільні аспекти психологічної адаптації до кіберсередовища. До них відносяться:

1. Розвиток Цифрової Грамотності: Як для молодого, так і для старшого покоління важливо розвивати навички цифрової грамотності, щоб ефективно користуватися Інтернетом та цифровими технологіями.

2. Забезпечення Кібербезпеки: Підвищення обізнаності щодо кібербезпеки та застосування відповідних заходів захисту є важливими для обох поколінь, щоб уникнути кіберзагроз та зберегти приватність.

3. Сприйняття Технологій як Частини Життя: Поважне ставлення до цифрових технологій та їх інтеграція в повсякденне життя сприяє успішній адаптації до кіберсередовища незалежно від віку.

Психологічна адаптація молодого та старшого покоління до кіберсередовища вимагає уваги до їхніх специфічних потреб та характеристик. Розуміння відмінностей та спільних аспектів цих процесів допомагає підтримувати психічне здоров'я та ефективно використовувати переваги Інтернету та цифрових технологій.

З точки зору психології, тема адаптації до кіберсередовища залишається надзвичайно важливою з кількох причин:

1. Перехід до цифрового середовища може бути джерелом стресу для багатьох людей, особливо для тих, хто має обмежені навички використання комп'ютерів або Інтернету. Адаптація до нових технологій може вимагати зусиль і спричиняти відчуття неспокою або невпевненості.

2. Використання цифрових технологій може призвести до розвитку залежності від Інтернету, соціальних мереж та інших цифрових ресурсів. Це може мати негативний вплив на психічне здоров'я та якість життя.

3. Хоча Інтернет може забезпечити зручний спосіб спілкування з іншими, він також може призвести до відчуття відірваності та соціальної ізоляції. Деякі люди можуть замкнутися в себе, відмовляючись від звичайних особистих контактів через попереднє використання кіберсередовища.

4. Використання соціальних мереж може викликати негативні психологічні наслідки, такі як порівняння себе з іншими, відчуття недостатності або тривога. Адаптація до цього середовища вимагає розвитку навичок самосвідомості та саморегуляції.

5. Зростаюча кількість випадків кібербулінгу та кібершантажу в Інтернеті може мати серйозний вплив на психічне здоров'я людей. Адаптація до цифрового середовища включає в себе розвиток навичок захисту від цих видів насильства.

Отже, тема адаптації до кіберсередовища з точки зору психології є дуже актуальною і вимагає подальшого дослідження та розвитку стратегій психологічного супроводу для тих, хто стикається з цими викликами. У психологічному контексті адаптація особистості до кіберсередовища виявляється як складний та динамічний процес, що вимагає уваги до індивідуальних потреб та характеристик кожної особистості. З урахуванням швидкого розвитку технологій та їх впливу на життя людей, особливо важливо розуміти, як психологічні чинники впливають на сприйняття та використання цифрового світу.

У нашому дослідженні ми виявили, що психологічні особливості адаптації до кіберсередовища відрізняються залежно від вікових груп. Молоде покоління, зростаючи в епоху Інтернету, зазвичай має високий рівень технологічної грамотності, але стикається з унікальними викликами, такими як залежність від соціальних мереж та порівняння себе з іншими. Старше покоління, у свою чергу, може відчувати складнощі у освоєнні нових технологій та турбуватися про кібербезпеку та приватність.

Проте, незважаючи на ці відмінності, обидва покоління зіткнулися зі схожими психологічними викликами, такими як необхідність контролювати час, який вони проводять в Інтернеті, та розвивати навички критичного мислення для ефективного сприйняття цифрового контенту.

Отже, підсумовуючи, психологічна адаптація до кіберсередовища вимагає індивідуального підходу та розуміння специфічних потреб кожної особистості. Належна увага до цих питань допомагає людям ефективно використовувати переваги цифрового світу та підтримувати своє психічне здоров'я.

Список використаних джерел

1. Андросович К. А. Теоретичний аналіз дослідження проблеми соціальної адаптації / К. А. Андросович // Обдаровані діти – інтелектуальний потенціал держави : матеріали XII-ї Міжнар. наук.-практ. конф. (Чорноморськ, Одеська обл., 1–8 лип. 2019 р.). – Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2019. – 390 с. – С. 7–11
2. Кульчицька А.В. Образ дитинства і система освіти: Зб. наук. праць за результатами між нар. співпраці: Україна-Польща в освітньому прострі/ Східноєвропейський національний ун-т; Ун-т Марії Слад Кюрі; за заг. ред. І Філіппової, І. Анжисаської. – Луцьк; Люблін: Веда-друк. – 2013. – Т.1. – С.37-44
3. Бойко І. І. Психологічна адаптація підлітка до нових умов навчання / І. І. Бойко // Психологія: зб. наук. пр. – 1999. – Вип. 2. – С. 92–96.
4. Гаврилюк В. Ю. Створення та функціонування інформаційно-освітнього середовища: метод. посіб. / В. Ю. Гаврилюк. – Біла Церква : КВНЗ КОР «Академія неперервної освіти», 2016. – 48 с.
5. Тлумачний словник сучасної української мови: Загальноживана лексика / за заг. ред. В. Калашника. – Харків : Співак, 2009. – 960 с.

Ключові слова: адаптація, кіберсередовище, особистість, пристосування до кібертехнологій, індивідуальний підхід.

Key words: adaptation, cyber environment, personality, adaptation to cyber technologies, individual approach.