

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ



ОСОБИСТІСТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО В ЦИФРОВУ ЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

16 квітня 2025 року

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

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

*V МІЖНАРОДНА
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ*

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

16 квітня 2025 року

Одеса – 2025

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, завідувачка кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

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

Шмаленко Ю.І. – кандидат політичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

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

Ташматов В.А. – кандидат психологічних наук, доцент, 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 V міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 16 квітня 2025 року) / за заг. ред. проф. Аракеляна М.Р. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2025. 160 с.

Мєрієріна Анна Ігорівна, Рєпнова Тетяна Петрівна ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЗАХОПЛЕНОСТІ РОБОТОЮ І ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....	99
Мороховець Марія Віталіївна ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ФАКТОР СТРЕСОСТІЙКОСТІ.....	101
Павзюк Анатолій Анатолійович КОМАНДНЕ ЛІДЕРСТВО ТА КОМУНІКАТИВНІ СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ УНІВЕРСИТЕТІВ У ЦИФРОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	104
Плахотнюк Маргарита Вікторівна ВПЛИВ СТИЛЮ ПРИВ'ЯЗАНOSTІ НА ХАРАКТЕР РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ У МОЛОДІ.....	107
Приходько Єлизавета Віталіївна ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У ШКОЛІ.....	109
Ремська Софія Олегівна МІЖОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ У СТУДЕНТІВ: ФАКТОРИ ТА ЧИННИКИ.....	111
Рєпнова Тетяна Петрівна ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З БОЙОВИМ СТРЕСОМ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	114
Романов Кирил Русланович, Чачко Світлана Леонідівна ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА РІВЕНЬ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ЖИТТЯМ.....	118
Романок Анастасія Сергіївна ВПЛИВ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ НА ВНУТРІШНІЙ КОНФЛІКТ ЖІНКИ У ПРИЙНЯТТІ ФЕМІНІСТИЧНИХ ІДЕЙ.....	120
Соколова Катерина Ігорівна ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СПІВЗАЛЕЖНОСТІ З ЕМПАТІЄЮ У СТУДЕНТІВ- ПСИХОЛОГІВ.....	122
Сорокопуд Ольга Олександрівна ОСОБЛИВОСТІ КОНЦЕНТРУВАННЯ УВАГИ У РІЗНИХ ВИДАХ ОНЛАЙН НАВЧАННЯ.....	124
Статива Наталія Георгіївна, Кернас Андрій В'ячеславович ТРИВОЖНІ РОЗЛАДИ ТА ЇХ ОСОБЛИВОСТІ В ДИТЯЧОМУ ТА ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ. ВИДИ ТРИВОЖНОСТІ.....	127

Key words: attachment style, romantic relationships, secure attachment, insecure attachment, youth, interpersonal relationships.

Приходько Єлизавета Віталіївна

здобувачка 4 курсу факультету психології, політології та соціології

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: кандидат політичних наук, доцент Шмаленко Ю.І.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ БУЛІНГУ У ШКОЛІ

У сучасну цифрову епоху соціальні взаємодії школярів дедалі частіше виходять за межі класних кімнат і переходять у віртуальний простір. Разом із цим зростає й кількість випадків булінгу, у тому числі й кібербулінгу, що негативно впливає на психологічний стан дітей. Тема профілактики булінгу набуває особливої актуальності в умовах інформаційного перевантаження, високого рівня тривожності та соціальної напруги в шкільному середовищі.

Булінг у школі визначається як систематичне насильство з боку однолітків, яке може бути як фізичним, так і психологічним, а в цифрову епоху – й віртуальним [3]. Низька самооцінка, соціальна ізоляція, слабка ідентичність – одні з чинників, які підвищують вразливість підлітків до булінгу або ж сприяють їхній агресивній поведінці.

Згуртованість колективу є важливим ресурсом для подолання конфліктів та запобігання насильству. Високий рівень підтримки, прийняття та довіри між учасниками групи створює безпечний простір, де підлітки можуть відчувати себе цінними і захищеними.

Психологічні тренінги, зокрема ті, що спрямовані на розвиток самооцінки й згуртованості, демонструють ефективність у профілактиці булінгу [2]. Самооцінка виступає як внутрішній регулятор поведінки: учень із адекватною самооцінкою здатен захистити власні кордони й не вдається до агресії як форми самоствердження.

Згідно з концепцією соціального навчання А. Бандури, агресивна поведінка може засвоюватися через спостереження за подіями у соціальному та цифровому середовищі [4]. В умовах, коли діти щоденно перебувають в інформаційному полі, зростає ймовірність копіювання моделей агресії, зокрема у випадках, коли агресор отримує соціальне підкріплення. Це ще більше підкреслює необхідність активного втручання психолога у шкільне середовище.

Важливо також звернути увагу на роль педагогічного колективу у запобіганні булінгу. Згідно з дослідженнями, формування клімату взаємоповаги, відкритості й безпечного простору починається з дорослих моделей поведінки, які спостерігають діти. Таким чином, профілактика булінгу повинна бути спрямована не лише на учнів, а й включати навчання вчителів та батьків основам психологічної безпеки, емоційної грамотності та ненасильницької комунікації.

Метою роботи є розробка та апробація психологічного тренінгу як ефективного засобу профілактики булінгу в учнівському колективі. У межах дослідження було проведено діагностику рівня самооцінки, емпатії та групової згуртованості серед учнів старшої школи. Учасниками стали учні 9-11 класів загальноосвітніх шкіл. Для діагностики змін було використано Шкалу самооцінки Розенберга [5], яка дозволяє кількісно виміряти рівень загальної самооцінки підлітка, та Методику «Дослідження згуртованості групи» [1], що оцінює емоційний комфорт, задоволеність груповими взаємодіями, рівень включеності у взаємодію. Тренінгова програма включала інтерактивні вправи, дискусії, рольові ігри, спрямовані на розвиток емоційного інтелекту, підвищення рівня емпатії та толерантності, а також формування навичок конструктивного вирішення конфліктів. Особлива увага приділялася питанням безпечної комунікації в цифровому середовищі, аналізу реальних ситуацій кібербулінгу та розробці моделей реагування.

Результати дослідження засвідчили позитивну динаміку: зниження рівня ворожості в учнів, підвищення згуртованості колективу, покращення міжособистісних стосунків. Отримані дані підтверджують ефективність використання психологічного тренінгу як профілактичного заходу, який можна інтегрувати в освітній процес.

У цифрову еру особистість дитини перебуває під постійним впливом інформаційного середовища, що вимагає формування нових навичок психологічного захисту та критичного мислення. Школа має стати простором психологічної безпеки, де учні навчаються не лише академічним знанням, а й комунікації, саморефлексії та повазі до інших.

Таким чином, поєднання сучасних тренінгових технологій із психопросвітницькою діяльністю сприяє формуванню в учнів навичок здорової взаємодії, толерантності та відповідального ставлення до власної поведінки як у реальному, так і в цифровому середовищі. Запропонована програма може бути адаптована під різні вікові категорії та використана практичними психологами в школах.

Список використаних джерел

1. Бродовська А.В., Котлова Л.О. Методи формування групової згуртованості. *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів і студентів соціально-психологічного факультету*. 2017. Вип. 9. С. 16-18.
2. Дуб В.Г., Коваль, І. Тренінг як спосіб профілактики булінгу в школі. *Проблеми та перспективи розвитку науки, освіти, технологій і суспільства* : збірник тез доповідей науково-практичної конференції, 29 листопада 2023 р. : у 3 ч. Кропивницький: ЦФЕНД, 2023. Ч. 2. С. 62-64.
3. Міхеєва О., Корнієнко М. Кібербулінг як соціально-педагогічна проблема. *Молодий вчений*. 2018. Вип. 11 (63). С. 247-251.
4. Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*. 1982. No 37. p.122–147.
5. Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. 326 p.

Ключові слова: булінг, кібербулінг, психологічний стан, самооцінка, згуртованість колективу, підтримка, психологічний тренінг, толерантність, комунікація, профілактика.

Key words: bullying, cyberbullying, psychological state, self-esteem, group cohesion, support, psychological training, tolerance, communication, prevention.

Ремська Софія Олегівна

здобувачка 4 курсу Центру заочного та дистанційного навчання

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: доктор юридичних наук, доцент Корнута Л.М.

МІЖОСОБИСТІСНІ ВІДНОСИНИ У СТУДЕНТІВ: ФАКТОРИ ТА ЧИННИКИ

Актуальність дослідження міжособистісних відносин студентів зумовлена зростанням викликів, пов'язаних із соціальною фрагментацією, діджиталізацією освітнього простору, змінами у структурі соціального капіталу та збільшенням рівня психологічної напруги серед молоді. У контексті соціальної роботи та психології особлива увага приділяється пошуку ефективних інструментів підтримки студентів, формуванню сприятливого соціально-психологічного клімату в навчальних закладах, а також розбудові мережі неформальної підтримки.

Метою даних тез є висвітлення теоретичних основ міжособистісної взаємодії у студентському середовищі з позицій соціальної роботи та психології, а також аналіз ролі студентських об'єднань у розвитку позитивних соціальних зв'язків. Основними завданнями виступають: окреслення ключових теоретичних підходів до вивчення міжособистісних відносин; визначення чинників, що впливають на якість взаємодії студентів; розгляд прикладів успішних закордонних практик студентського самоврядування та їхньої ролі у формуванні соціального благополуччя.

Міжособистісні відносини - це система соціально-психологічних зв'язків між індивідами, що виникають у процесі спільної діяльності, спілкування та взаємного сприйняття. У контексті студентського життя вони формуються на основі взаємних симпатій або антипатій, спільних інтересів, ціннісних орієнтацій, а також соціальних ролей у навчальному середовищі.

З психологічної точки зору міжособистісні відносини розглядаються як динамічна система, що впливає на емоційний стан особистості, рівень тривожності, відчуття безпеки та приналежності. Важливий внесок у теоретичне осмислення цього феномену зробили гуманістичні психологи, зокрема К. Роджерс, який наголошував на потребі у безумовному прийнятті та емпатійному слуханні як базисі здорової міжособистісної взаємодії [6].

У когнітивно-поведінковому підході міжособистісні відносини розглядаються через призму соціальних навичок, асертивності, ефективної комунікації. Саме розвиток цих компетентностей у студентів дозволяє