



# ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

## СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ: ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

*Присвячено Всесвітньому дню психічного здоров'я  
(World Mental Health Day)*

**10 жовтня 2025 року**

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ПОЛІТОЛОГІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



Збірник матеріалів  
Всеукраїнської науково-практичної конференції  
**СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ:  
ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Присвячено Всесвітньому дню психічного здоров'я  
(World Mental Health Day)

*10 жовтня 2025 року*



Видавництво  
«Юридика»  
2025

**Редакційна колегія:**

Головний редактор: **Аракелян Мінас Рамзесович**, доктор юридичних наук, професор, Заслужений юрист України, проректор з наукової роботи Національного університету «Одеська юридична академія»

**Члени редакційної колегії:**

**ЦІЛЬМАК Олена Миколаївна**, доктор юридичних наук, професор, завідувач кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**АФОНІН Дмитро Сергійович**, кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**БУДЯЧЕНКО Ольга Миколаївна**, кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**ГУРІН Руслан Сергійович**, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**ДЖЕЖИК Ольга Володимирівна**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**САМАРА Ольга Євгенівна**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**ТАТЬЯНЧИКОВ Андрій Олександрович**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**ШМАЛЕНКО Юлія Іванівна**, кандидат політичних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»

**Зважаючи на свободу наукової творчості, відповідальність за достовірність матеріалів та фактів, унікальність тексту тез та дотримання вимог академічної доброчесності, несуть автори**

**Сучасна психологія: виклики та перспективи** : збірник матеріалів С91 Всеукраїнської науково-практичної конференції / за заг. ред. М. Р. Аракеляна. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2025. – 262 с.

ISBN 978-617-8574-65-9

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30918>

Збірник матеріалів підготовлено за доповідями учасників Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої Всесвітньому дню психічного здоров'я (м. Одеса, 10 жовтня 2025 р.).

УДК 159.9'6(062.552)

© Автори, 2025

© Національний університет

ISBN 978-617-8574-65-9

«Одеська юридична академія», кафедра психології, 2025

### Список використаних джерел

1. Мазаракі Н. А. Медіація в Україні: теорія та практика : монографія. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2018. 276 с.
2. *Медіація у професійній діяльності юриста: підручник* / за ред. Л. Романадзе, Н. Крестовської, Н. Мазаракі. Одеса : Екологія, 2024. 543 с.
3. Ненасильницька комунікація у соціальних конфліктах. Відновні діалоги : методичний посібник / за ред. І. Брунової-Калісецької, Д. Дюкшерера, В. Каневської; Т. Конрад. Київ : Видавець Захаренко В., 2015. 80 с.
4. Фішер Р., Юрі У., Петтон Ю. Шлях до Так. Як вести переговори, не здаючи позицій. Київ : Основи, 2016. 220 с.
5. Шмаленко Ю. І., Зуєва Л. Є., Цільмак О. М. Психологічні механізми формування конфліктостійкості у працівників суду. *Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені Академіка Степана Дем'янчука. Серія: Педагогіка та психологія*. 2025. № 3. С. 325–332. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-3-44>.

**Ключові слова:** конфліктостійкість, медіаційні навички, працівники суду, професійне вигорання, комунікативні компетенції, деескалація конфлікту.

**Keywords:** conflict resilience, mediation skills, court staff, professional burnout, communicative competence, conflict de-escalation.

**Шмаленко Юлія Іванівна**

кандидат політичних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Національний університет «Одеська юридична академія»

ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0806-7907>

**Канторова Євгенія Миколаївна**

магістрант ОП «Психологія»

Центру заочного та дистанційного навчання

Національний університет «Одеська юридична академія»

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30925>

### РОЗВИТОК ЕМПАТІЇ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК КОНСТРУКТИВНОГО ВРЕГУЛЮВАННЯ КОНФЛІКТІВ

У сучасному суспільстві, де зростає рівень емоційної напруги та соціальної нестабільності, особливої ваги набуває проблема гармонізації міжособистісних стосунків. В умовах воєнних подій,

невизначеності та швидких соціальних змін люди дедалі частіше стикаються з конфліктами як у професійному, так і в особистому житті. Питання пошуку внутрішніх психологічних ресурсів, що сприяють попередженню або конструктивному розв'язанню конфліктів, є надзвичайно актуальним.

Одним із таких ресурсів виступає емпатія – здатність людини розуміти, відчувати та приймати емоційні стани іншої особи. Емпатія є необхідною умовою для розвитку міжособистісних відносин і надання підтримки в комунікації, особливо в складних або екстремальних обставинах [3]. Її розвиток дозволяє людині не лише краще усвідомлювати емоційні переживання інших, а й регулювати власні емоційні реакції у процесі взаємодії.

Сучасні дослідження розглядають емпатію як багатовимірний феномен, що поєднує когнітивний та емоційний компоненти [8]. Когнітивна емпатія забезпечує розуміння позиції іншого, тоді як афективна – емоційну чуйність і здатність до співпереживання. Обидві складові відіграють провідну роль у формуванні здатності до співпраці та толерантності під час конфліктних взаємодій. При цьому емпатія виконує роль умови, чинника, механізму та функції у структурі міжособистісної взаємодії, забезпечуючи гармонізацію стосунків і запобігаючи ескалації конфліктів [4].

Виходячи з цього, розвиток емпатії є важливим напрямом профілактики конфліктів та формування навичок конструктивного спілкування. Вона знижує рівень агресивності й емоційної напруги у взаєминах, водночас підвищує готовність до взаєморозуміння, співпраці та компромісу. Така якість особистості виступає важливим психологічним механізмом підтримання здорового соціального середовища.

У межах дослідження розвиток емпатії трактується як цілеспрямоване вдосконалення здатності точно розпізнавати емоційні сигнали співрозмовника, утримувати його перспективу та перетворювати це усвідомлення у коректні комунікативні дії [6]. Йдеться не про спонтанну емоційну реакцію, а про усвідомлену компетентність, що поєднує три взаємопов'язані складові: прийняття перспективи (когнітивне моделювання позиції партнера), емоційну чутливість без злиття (відгук із збереженням меж) і поведінкову відповідь (підтримку, коректний зворотний зв'язок, уточнення смислів). Збалансований розвиток цих компонентів переводить здатність до співпереживання з інтуїтивної реакції у свідомо регульовану навичку, придатну для ефективного застосування у конфліктних ситуаціях [7].

З теоретичної точки зору здатність до співпереживання виконує функцію соціальної регуляції взаємодії: вона знижує імпульсивність реакцій, підвищує ймовірність діалогу та запобігає ескалації, коли сторони стикаються з протилежними інтересами. У вітчизняних дослідженнях підкреслюється, що емпатія є умовою гармонізації міжособистісної взаємодії та пов'язана з вибором конструктивних стратегій спілкування (співпраця, компроміс), а не деструктивних стилів [2; 4]. Водночас з практичного боку формування емпатійності здійснюється через розвиток мікронавичок, що безпосередньо впливають на поведінку в конфлікті, зокрема через уміння перефразовувати зміст і почуття партнера (що зменшує ризик хибних атрибуцій і сприяє проясненню позицій), використовувати відкриті запитання та «Я-повідомлення» замість оцінних суджень, застосовувати техніки емоційної саморегуляції для запобігання дистресу, а також узгоджувати значення – перевіряти, наскільки правильно почуто й зрозуміло співрозмовника.

Емпатія у конфліктній взаємодії виконує роль внутрішнього регулятора та переводить спілкування від імпульсивних реакцій до зваженого діалогу. Здатність сприймати ситуацію з позиції опонента зменшує помилки у сприйнятті, допомагає точніше розпізнавати потреби сторін і переформулювати позиції у спільно прийнятні умови. Поеднання емоційної чутливості та саморегуляції знижує напруження, запобігає агресивним або унікальним реакціям і сприяє конструктивному контакту. На комунікативному рівні ця здатність проявляється через активне слухання, уточнення смислів і визнання почуттів партнера, що стабілізує діалог і підтримує повагу до різних позицій. Сукупна дія цих механізмів змінює перебіг конфлікту: замість ескалації з'являється орієнтація на співпрацю, компроміс і відповідальне узгодження інтересів.

Для емпіричної перевірки цих теоретичних положень було проведено дослідження, спрямоване на вивчення взаємозв'язку між рівнем розвитку емпатії, рівнем тривожності та вибором стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. До вибірки увійшли 50 респондентів різного віку та професійного профілю. Для діагностики використовувалися три стандартизовані методики: опитувальник емпатії М. Девіса (Interpersonal Reactivity Index, IRI) – для оцінювання когнітивних і афективних компонентів емпатії [8]; шкала тривожності Спілбергепа-Ханіна (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) – для визначення рівнів ситуативної та особистісної тривожності [1; 5; 10];

і методика Томаса-Кілмана (Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument, ТКІ) – для виявлення переважних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях [9].

Отримані результати засвідчили, що когнітивний компонент емпатії (децентрація, прийняття перспективи) має статистично значущі позитивні кореляції зі стратегіями співпраці ( $r = 0,283$ ;  $p = 0,047$ ) і компромісу ( $r = 0,323$ ;  $p = 0,022$ ). Емоційний компонент – емпатійна турбота – також позитивно пов'язаний із компромісом ( $r = 0,296$ ;  $p = 0,037$ ). Ці дані підтверджують, що рівень розвитку емпатії безпосередньо впливає на вибір стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях. Зокрема, здатність до децентрації та прийняття перспективи пов'язана з орієнтацією на співпрацю, тоді як емоційна чутливість – із готовністю до компромісу.

Аналіз результатів показав, що вищий рівень емпатійності забезпечує гнучкість мислення, відкритість до діалогу та взаємоповагу між учасниками взаємодії. Натомість знижена здатність до співпереживання у поєднанні з підвищеною тривожністю супроводжується перевагою менш ефективних стратегій: суперництва, уникання або надмірного пристосування. Таким чином, емпатія постає не лише як емоційна властивість, а як багатовимірна компетентність, що визначає якість комунікації, регулює поведінку у конфлікті й сприяє гармонізації міжособистісних стосунків.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх використання у діяльності практичних психологів, педагогів, медіаторів та управлінців. Вони можуть стати основою для вдосконалення тренінгових програм розвитку комунікативної компетентності, навчання навичок емоційної саморегуляції та формування емпатійної культури у колективах. У сучасних умовах соціальної нестабільності такі програми є важливим засобом профілактики конфліктів. Вони сприяють розвитку взаєморозуміння, толерантності й психологічній згуртованості, що має особливе значення в сучасному соціокультурному контексті. Отже, емпатія є ключовим внутрішнім психологічним ресурсом, що визначає характер поведінки особистості у конфліктних ситуаціях, а цілеспрямований розвиток її когнітивних і афективних компонентів створює основу для формування навичок конструктивного врегулювання конфліктів та забезпечує гармонізацію міжособистісних стосунків у сучасному суспільстві.

### Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : методичний посібник. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Афанасьєва Н. Є. Особливості взаємозв'язку емпатійності та стратегій поведінки у конфлікті у студентів-психологів. Information and innovative technologies in the turbulence era : collective monograph. Katowice : Publishing House of University of Technology, 2022. С. 43–56.
3. Вавринів О. С. Становлення поняття емпатії в психології. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 2. Т. 1. С. 28–31.
4. Коломієць Т. В. Особливості емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці : дис. канд. психол. наук : 19.00.07. Житомир, 2015. 197 с.
5. Михайлов Б. В., Сердюк О. І., Чугунов В. В., Курило В. О., Андрух П. Г., Заседа Ю. І. Експериментально-психологічне дослідження в загальній практиці – сімейній медицині : навчальний посібник. 5-е вид., перероблене та доповнене / за заг. ред. Б. В. Михайлова. Х. : ХМАПО, 2014. 328 с.
6. Цільмак О. М., Шмаленко Ю. І., Яковлев Д. В. Соціально-психологічний портрет сучасного лідера. *Перспективи та інновації науки. Серія: Педагогіка. Серія: Психологія, Серія: Медицина* : журнал. 2025. № 9 (55). С. 1622–1638. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9\(55\)-1622-1638](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-9(55)-1622-1638).
7. Шмаленко Ю. І. Ефективні комунікативні стратегії в конфліктних ситуаціях. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір* : матеріали IV міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21 червня 2024 року) / за заг. ред. проф. М. Р. Аракеляна. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2024. С. 208–212.
8. Davis M. H. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multi dimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1983. № 44 (1). P. 113–126.
9. Kilmann R. H. Mastering the Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument (TKI). Newport Coast, CA: KilmannDiagnostics, 2023. 302 p.
10. Spielberger C. D., Gorsuch R. L., Lushene R. E. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self-Evaluation Questionnaire). Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press, 1983.

**Ключові слова:** емпатія, конфлікт, конструктивне врегулювання конфліктів, когнітивна емпатія, афективна емпатія, стратегії поведінки в конфлікті, співпраця, компроміс, емоційна регуляція, міжособистісна взаємодія, комунікативна компетентність, тривожність.

**Keywords:** empathy, conflict, constructive conflict resolution, cognitive empathy, affective empathy, conflict behavior strategies, cooperation, compromise, emotional regulation, interpersonal interaction, communicative competence, anxiety.

**Шмаленко Юлія Іванівна**

*кандидат політичних наук, доцент,  
доцент кафедри психології*

*Національний університет «Одеська юридична академія»  
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0806-7907>*

**Колесниченко Катерина Володимирівна**

*магістрант ОП «Психологія»*

*Центру заочного та дистанційного навчання  
Національний університет «Одеська юридична академія»*

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30924>

## **ПСИХОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

Сучасне професійне середовище характеризується високою динамічністю, інтенсивністю міжособистісних взаємодій та різноманітністю комунікативних ситуацій, що створює передумови для виникнення конфліктів різного рівня складності. Статистика свідчить, що значна частина робочого часу керівників та співробітників витрачається на врегулювання конфліктних ситуацій, що негативно впливає на продуктивність праці, психологічний клімат у колективі та загальну ефективність організації. У цьому контексті психологічна компетентність особистості розглядається як ключовий ресурс профілактики та конструктивного управління конфліктами у професійній сфері. Структура психологічної компетентності у контексті запобігання конфліктам включає кілька взаємопов'язаних компонентів. Когнітивний компонент передбачає розуміння психологічних закономірностей міжособистісної взаємодії, знання механізмів виникнення та розвитку конфліктів, усвідомлення власних психологічних особливостей та їх впливу на характер комунікації. Емоційний компонент

|                                                                                                                                                                                              |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Зуєва Лариса Євгеніївна</b><br>РОЗВИТОК КОНФЛІКТСТІЙКОСТІ ТА МЕДІАЦІЙНИХ НАВИЧОК<br>У ПРАЦІВНИКІВ СУДУ. . . . .                                          | 217 |
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Канторова Євгенія Миколаївна</b><br>РОЗВИТОК ЕМПАТІЇ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК КОНСТРУКТИВНОГО<br>ВРЕГУЛЮВАННЯ КОНФЛІКТІВ. . . . .                  | 221 |
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Колесниченко Катерина Володимирівна</b><br>ПСИХОЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИК ЗАПОБІГАННЯ<br>КОНФЛІКТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ. . . . . | 226 |
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Мішеньова Світлана Анатоліївна</b><br>ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ<br>ЯК ДЖЕРЕЛО ВНУТРІШНІХ ТА МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ. . . . .      | 230 |
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Орехова Валерія Андріївна</b><br>ФЕНОМЕН «ЦИФРОВОЇ ВТОМИ»: ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ НАДМІРНОГО<br>СЕНСОРНОГО НАВАНТАЖЕННЯ. . . . .                          | 237 |
| <b>Шмаленко Юлія Іванівна</b><br><b>Оскілко Олексій Олегович</b><br>ВПЛИВ СТИЛІВ КЕРІВНИЦТВА<br>НА ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ КОНФЛІКТАМИ В ОРГАНІЗАЦІЇ. . . . .                                 | 240 |
| <b>Юрчик Дмитро Миколайович</b><br>ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВИКЛАДАЧІВ:<br>ПРИЧИНИ, ПРОФІЛАКТИКА, ПОДОЛАННЯ. . . . .                                                                               | 244 |
| <b>Якимчук Олександра Володимирівна</b><br><b>Рєпнова Тетяна Петрівна</b><br>ПРЕМОРБІДНІ ПСИХОЛОГІЧНІ СТАНИ ПОДРУЖЖЯ<br>НА РІЗНИХ ЕТАПАХ РОЗВИТКУ СІМ'Ї. . . . .                             | 248 |
| <b>Яковлев Денис Вікторович</b><br>МИСТЕЦТВО ВИБОРУ: ПСИХОЛОГІЯ УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ. . . . .                                                                                                | 252 |