

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

ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЛОГОТЕРАПІЇ

Екзистенційна терапія та логотерапія є одними з найвпливовіших напрямів сучасної психотерапії. Вони базуються на філософських ідеях екзистенціалізму та ставлять у центр уваги сенс життя та індивідуальну відповідальність за його знаходження. Дослідження проблемних аспектів цих терапевтичних підходів сприяє глибшому розумінню їхнього потенціалу та обмежень у психологічній практиці.

Першим важливим аспектом є суб'єктивність феноменологічного підходу, який є основою екзистенційної терапії та базується на філософії феноменології, розробленій Едмундом Гусерлем [1]. Феноменологічний підхід зосереджується на "бутті-в-світі" клієнта, намагаючись зрозуміти, як він сприймає і інтерпретує власний досвід. Терапевт відіграє роль супутника, який допомагає клієнту усвідомити свої почуття, думки та переживання без оцінювання чи інтерпретації ззовні. Це дозволяє глибше зрозуміти індивідуальні переживання клієнта, проте водночас ускладнює об'єктивну оцінку результатів терапії. Наприклад, у випадку роботи з клієнтом, який переживає втрату близької людини, увага зосереджується на його емоціях і сприйнятті події. Однак, важко об'єктивно виміряти прогрес клієнта в такій ситуації.

Другим аспектом є труднощі в ідентифікації екзистенційних криз. Екзистенційні кризи виникають внаслідок глибоких внутрішніх конфліктів і усвідомлення невизначеності, пов'язаної з основними аспектами людського існування. Вони можуть проявлятися через складнощі прийняття рішення, почуття ізоляції та самотності, почуття тривоги, депресії, безнадії та втрати сенсу тому можуть бути складними для розпізнавання та правильного ідентифікування. Важливо, щоб терапевт був здатний розпізнати ці кризи та

ефективно працювати з ними. Наприклад, клієнт може відчувати тривогу через відсутність сенсу в житті. Терапевт має допомогти ідентифікувати цю проблему як екзистенційну кризу, що вимагає спеціального підходу. Ефективна ідентифікація екзистенційних криз є ключовим етапом у наданні психотерапевтичної допомоги клієнту [2]. Використання різних методів, таких як активне слухання, проєктивні техніки, структуровані інтерв'ю та рефлексія, дозволяє терапевту точно визначити проблеми клієнта та розробити індивідуальний план терапії.

Третім важливим аспектом є етичні питання та ризики. Клієнти в стані екзистенційної кризи можуть бути особливо вразливими та потребувати делікатного підходу. Робота з питаннями сенсу життя, смерті, свободи та відповідальності вимагає високого рівня етичної чутливості з боку терапевта. Обговорення глибоких екзистенційних питань може викликати сильні емоційні реакції у клієнта. Терапевт повинен бути готовим до таких реакцій і мати стратегії для їх ефективного управління. Некоректне втручання може погіршити стан клієнта. Наприклад, обговорення страхів перед смертю має проводитися з дотриманням етичних стандартів, не нав'язуючи власних переконань терапевта клієнту. Терапевт повинен поважати право клієнта на самостійне прийняття рішень та пошук власного сенсу життя [4].

Четвертий аспект стосується культурних та соціальних обмежень. Екзистенційна терапія базується на західних філософських концепціях, що може створювати труднощі для клієнтів з різних культурних середовищ. Поважання автономії клієнта, забезпечення конфіденційності, врахування культурних відмінностей та етичне використання методу є ключовими аспектами, що сприяють ефективності та етичності психотерапії. Терапевт має адаптувати методи екзистенційної терапії, враховуючи культурні особливості та цінності клієнта, що дозволяє досягти кращих результатів [3].

П'ятий аспект полягає у взаємодії з іншими методами психотерапії. Інтеграція вимагає від фахівця глибокого розуміння різних підходів, що може бути викликом, оскільки підходи та техніки можуть суттєво відрізнятися, це

може призвести до поверхневого застосування методів. Екзистенційна терапія часто поєднується з когнітивно-поведінковою терапією (КПТ). Це дозволяє працювати як з глибинними екзистенційними питаннями, так і з конкретними когнітивними та поведінковими паттернами. Інтеграція з гуманістичними підходами, такими як клієнт-центрована терапія, є досить природною, оскільки обидва напрямки фокусуються на унікальності людського досвіду. Можлива інтеграція з тілесно-орієнтованою терапією для роботи з тілесними проявами екзистенційної тривоги. Mindfulness-практики також часто використовуються в поєднанні з екзистенційною терапією для розвитку усвідомленості та прийняття. Ключовим моментом є збереження фокусу на екзистенційних темах при інтеграції з іншими методами.

Але є мінуси інтеграції екзистенційної терапії з іншими методами, наприклад, директивні методи КПТ можуть конфліктувати з екзистенційним акцентом на свободі вибору. Екзистенційна терапія фокусується на глобальних питаннях буття, тоді як інші підходи можуть зосереджуватися на конкретних симптомах чи поведінці. Фокус на конкретних симптомах або поведінкових змінах може відволікати від глибинного екзистенційного аналізу. Інтегративний підхід може ускладнити оцінку того, які саме компоненти терапії були ефективними. Але основним мінусом є потенційне непорозуміння з клієнтом. Клієнт може бути дезорієнтований змішуванням різних підходів, особливо якщо вони мають різні філософські основи та відчувати почуття непослідовності або фрагментарності терапевтичного процесу. Клієнт може відчувати внутрішній конфлікт між бажанням глибокого екзистенційного дослідження і потребою в практичних рішеннях, які можуть пропонувати інші методи. Щоб мінімізувати ці проблеми, важливо, щоб терапевт чітко комунікував свій підхід, пояснював причини використання різних методів і постійно перевіряв, чи комфортно клієнту з таким інтегрованим підходом.

Висновок. Проблемне поле екзистенційної терапії та логотерапії охоплює широкий спектр теоретичних, методологічних та практичних аспектів. Фундаментальною основою цих підходів є феноменологічний метод та

орієнтація на пошук життєвого сенсу, що створює унікальний контекст для інтеграції філософських концепцій у терапевтичну практику. Ця інтеграція породжує ряд концептуальних викликів, зокрема, складність операціоналізації абстрактних екзистенційних понять та проблему вимірювання ефективності екзистенційних інтервенцій. Важливим аспектом є пошук балансу між екзистенційними та клінічними аспектами психотерапії.

Практичні труднощі пов'язані з адаптацією екзистенційних методів до формату короткострокової терапії, інтеграцією з доказовими практиками та розробкою специфічних технік для роботи з екзистенційними темами.

Крос-культурні аспекти екзистенційної терапії та логотерапії піднімають питання про універсальність екзистенційних проблем у різних культурах та необхідність адаптації методів до різних соціокультурних контекстів.

Сучасні дослідження в галузі нейронаук відкривають нові горизонти для вивчення нейробіологічних корелятів екзистенційних переживань, взаємозв'язку між пошуком сенсу та нейропластичністю, а також біологічних механізмів екзистенційної тривоги. Ці дослідження мають потенціал для розширення терапевтичних можливостей екзистенційного підходу.

Таким чином, проблемне поле екзистенційної терапії та логотерапії є багатограним та динамічним, відображаючи як глибокі філософські коріння цих підходів, так і їх прагнення відповідати на виклики сучасної психотерапевтичної практики та наукових досліджень

Список використаних джерел

1. Гусерль Е. Ідеї чистої феноменології і феноменологічної філософії. Фоліо, Серія: [Бібліотека класичної світової наукової думки](#): 2021. 348 с.
2. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. КСД: 2016. 160 с.
3. Spinelli E., Practising Existential Psychotherapy: The Relational World. Sage Publications Ltd., London, U.K., 2007, 216 p.

4. Van Deurzen, E. (2012). Existential Counselling & Psychotherapy in Practice. SAGE Publication 2012, 264 p.

Ключові слова: екзистенційна терапія, логотерапія, феноменологія, ідентифікація, екзистенційна криза, етичне питання.

Key words: existential therapy, logotherapy, phenomenology, identification, existential crisis, ethical nutrition.

Сорочинський Олександр Вячеславович

здобувач другого (магістерського) рівня

КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Науковий керівник: доктор філософії Пилявець Н.І.

ПСИХОЛОГІЯ ПОДРУЖНЬОЇ ЗРАДИ

Сім'ї, що перебувають у періоді кризи, стикаються з різними викликами як з боку суспільства (фінансові, матеріальні, соціальні тощо), так і з боку самої пари (необхідність будувати здорові відносини в умовах спільного життя). Ці виклики взаємопов'язані та діють разом, створюючи конфліктні ситуації, які потребують негайного вирішення та певних навичок взаєморозуміння. Навички розв'язання конфліктів та спілкування є важливими для подолання труднощів у сімейному житті. Тому психологічна підтримка є ефективними інструментами для сприяння стабілізації відносин у молодій сім'ї, пошуку шляхів взаєморозуміння та вирішення конфліктів на ранніх стадіях її розвитку.

Психологічна проблема подружньої зради представляється як порушення довіри, емоційне перевантаження та недовіра між партнерами внаслідок виявлення невірності одного з них. Це може викликати широкий спектр емоційних реакцій, таких як розчарування, образа, страх втрати партнера, почуття відкинутості, відчуття вини або відчуження. Крім того, подружня зрада