

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.

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

важливо враховувати ці аспекти у плануванні міжособистісної взаємодії та створенні сприятливого освітнього середовища.

### Список використаних джерел

1. Зінченко С. І. Соціальні чинники міжособистісної взаємодії у студентському середовищі. *Науковий вісник ХДУ. Серія: Психологічні науки*. 2021. №3 (8). С. 112–117.
2. Коваленко О. М. Роль студентських об'єднань у формуванні соціального капіталу. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*. 2022. № 1 (17). С. 34–39.
3. Beck H. E. *Interpersonal Skills for College Students*. New York: Academic Press. 2020.
4. IFSW – International Federation of Social Workers. *Social Work and Higher Education: Building Inclusive Student Environments*. Geneva: IFSW Publications. 2022. URL: <https://www.ifsw.org>
5. OECD. *Supporting Youth Mental Health in Higher Education*. Paris: OECD Publishing. 2021. URL: <https://www.oecd.org/education/>
6. Rogers C. R. *The Formation of Student Communities: Psychological Insights*. Oxford: Routledge. 2021.

**Ключові слова:** міжособистісні відносини, студентство, соціальний капітал, психологічна підтримка, студентські об'єднання.

**Key words:** interpersonal relationships, student community, social capital, psychological support, student associations.

**Рєпнова Тетяна Петрівна**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології  
Національний університет «Одеська юридична академія»*

### ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З БОЙОВИМ СТРЕСОМ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

З огляду на складну військово-політичну, економічну, екологічну ситуацію в країні в період війни значно підвищується ризик стресових розладів у найбільш вразливих категорій суспільства, військових, їх сімей, населення з прифронтових зон, серед внутрішньо переміщених осіб, ветеранів війни.

За результатами дослідження American University Kyiv і Дослідницької лабораторії Rating Lab, жовтень 2024 року, кожен четвертий українець (28%) демонструє ознаки високого рівня стресу. Серед них найбільше потребують психологічної допомоги військові (68%); люди, які втратили близьких через війну (65%); цивільні, які пережили бойові дії (42%). Загалом половина українців відчула потребу у психотерапії за наслідками війни України і російської федерації. Сьогодні фахівці галузі психології розглядають фактори культурних особливостей подолання стресів серед українців. Найчастіше українцям

допомагають подолати стрес розмови з близькими й друзями (41%) та прогулянки (38%). Також знизити стрес може виконання домашніх обов'язків (36%) і проведення часу з дітьми (33%) або домашніми улюбленцями (35%). Однак (20%) українців кажуть, що свій психоемоційний стан вони покращують через вживання алкоголю. Частка тих, хто вже звертається до психологів та психотерапевтів зросла з 7% у 2022 році до 17% у 2024 році [2].

Сьогодні гостро стоїть питання про організацію психологічної реабілітації військовослужбовців у клініках, закладах охорони здоров'я третього рівня, санаторно-курортних установах та відділеннях, де б реалізовувався комплексний підхід до відновлення їх душевного здоров'я та успішної соціальної адаптації. Суть такої реабілітації полягає в тому, щоб допомогти військовим адаптуватися до цивільного оточення, досягти гармонії у сімейних стосунках, які ускладнюються через пережиті травми бойового досвіду, допомогти подолати травматичний досвід і побудувати стійкі відносини в суспільстві.

Психологічна реабілітація передбачає систему заходів, спрямованих на відновлення або корекцію психологічних функцій, якостей, станів, властивостей постраждалих від травмівних подій, які зазнають гострих або хронічних постстресових та супутніх розладів.

Психологічна допомога пацієнту в межах медичного закладу надається після розпізнавання симптомів розладу, оскільки відновлювальний потенціал людини з часом суттєво зменшується. Ранній початок реабілітації, своєчасна психологічна підтримка є профілактикою розвитку травматичних стресових та психічних розладів, девіантної поведінки, дезадаптації а отже – профілактикою інвалідності та непрацездатності. Окрім того, ранній початок реабілітації і своєчасне надання допомоги зменшує травмування членів сім'ї, профілактику розлучень, знижує ризик суїцидів, покращує якість життя військовослужбовця.

До ключових сигналів щодо надання психологічної допомоги військовим можна віднести наступне:

1. Соціальна ізоляція, відсутність бажання взаємодіяти з суспільством, зниження інтересу до соціальних подій та взаємодії.

2. Зниження професійної ефективності, важко концентрується, порушені мнестичні функції, часто нехтує професійними обов'язками, що може свідчити про емоційне виснаження.

3. Порушення сну, нерегулярний сон, зниження апетиту, що може свідчити про фізіологічне виснаження та емоційні проблеми.

4. Агресивна поведінка, прояви агресії, непередбачувані спалахи гніву та дратівливості, що може свідчити про неврівноваженість та нестабільність психічного стану [1, с. 143].

З досвіду організації та проведення психологічної реабілітації військовослужбовців у військовому госпіталі можна назвати зміст і основні завдання відділення психологічної реабілітації.

Робота відділення психологічної реабілітації клініки АПД Військово-медичного клінічного центру Південного регіону спрямована на надання висококваліфікованої психологічної допомоги військовослужбовцям, які

перебувають на лікуванні в центрі з ознаками стресового розладу, пов'язаного з бойовим досвідом у зоні воєнних дій, травматичним досвідом.

Змістом роботи психолога відділення психологічної реабілітації є використання засобів психокорекції, психодіагностики, психопрофілактики з покращення психологічної адаптації військовослужбовців у період лікування та реабілітації, підвищення їх мотивації як активного учасника процесу поновлення здоров'я, формування регулятивних механізмів подолання негативних станів (таких, як: психічного болю, страхів, психічної спустошеності, підвищеної тривоги за майбутнє, соціальної ізоляції, втрати сенсів життя, підвищеної агресивності як стилю спілкування, безпорадності у вирішенні соціальних проблем, негативізму тощо) та розвитку в них адаптивної, керованої поведінки. Важливим напрямом психологічної реабілітації та діяльності психолога є робота з сім'єю військовослужбовця, психологічна підтримка родини та сімейне консультування.

Психологічна реабілітація військовослужбовців зі стресовим розладом забезпечується мультидисциплінарною командою (лікарів, психіатрів, психологів) за відповідною програмою реабілітації, що має на меті профілактику розвитку ПТСР, підвищення психологічної культури учасників бойових дій, військових, які несуть службу та перебувають на лікуванні у центрі у різних клініках та відділеннях.

Програма психологічної реабілітації військово-медичного клінічного центру Південного регіону

У відділенні психологічної реабілітації клініки амбулаторно-поліклінічної допомоги ВМКЦ Південного регіону військовослужбовці проходять комплексну психодіагностику, індивідуальні психологічні консультації, заняття у психокорекційній групі з арт-терапії та групі підтримки [1, с. 144].

Основні завдання роботи психолога відділення психологічної реабілітації з пацієнтами з ознаками стресового розладу є такими:

1. Вивчення основних процесів поведінки військовослужбовця та сприяння свідомому керуванню ним своїми поведінковими реакціями.
2. Сприяння конструктивному спілкуванню військовослужбовця.
3. Сприяння самоаналізу та позитивному мисленню.
4. Розвиток саморегуляції дій та емоцій.
5. Сприяння творчості та культурному збагаченню.

Психологічна реабілітація здійснюється в інтегративному підході, що являє собою поєднання різних методів психотерапії: арт-терапії, клієнт-центрованої екзистенційної терапії, системної сімейної терапії.

Комплексний підхід передбачає поєднання біологічного, психологічного, соціального та духовного компонентів у реабілітаційному процесі та максимально широке використання різних методів реабілітації. Так, зазвичай психологічна реабілітація надається в комплексі з іншими реабілітаційними заходами, такими як фізична реабілітація, робота з травмами, пораненнями, інвалідністю тощо.

Важливим є формування мультидисциплінарної команди, яка працює цілісно і сприяє відновленню військових на всіх рівнях. Важливою частиною

реабілітаційного процесу є особиста мотивованість одержувача реабілітаційної допомоги активного учасника процесу відновлення здоров'я.

Арт-терапія в психологічній реабілітації є досить дієвим методом психотерапії, який допомагає за допомогою творчості навчити пацієнтів самовираженню, покращити психоемоційний стан; позбутися напруги; усунути агресію, тривогу; подолати депресію; підвищити життєвий тонус; розкрити творчі здібності; навчитися концентруватися на проблемі, знаходити правильне рішення, контролювати свої емоції тощо [1, с. 145].

Реалізація програми реабілітації має відбуватися у суворій послідовності процедур та заходів залежно від реабілітаційного етапу. Виділяють перший етап діагностичний, власне реабілітаційний процес та завершальний етап, який може містити психоедукацію рідних та близьких військового, набуття навичок стабілізації, релаксації для учасників психологічної реабілітації.

Заняття з арт-терапії відбуваються у формі групової роботи та індивідуального консультування пацієнтів. При своєчасному наданні психологічної допомоги знижується ризик появи супутніх розладів (наприклад, ПТСР та алкогольна залежність, фобії, розлади адаптації тощо).

Реабілітаційний процес є динамічним, психолог враховує зміни стану учасника психологічної реабілітації (фізичного, психологічного), індивідуальної реакції на терапевтичні втручання та зміни плану терапії за потреби.

Комплекс занять з арт-терапії поділяється на три етапи. Спочатку необхідно створити емоційну атмосферу довіри, актуалізувати проблему. Після арт-терапевтичної практики психолог обговорює з пацієнтами продукти творчості, шляхи подолання проблеми з опорою на особистісні ресурси пацієнта. Останнім етапом буде символічна трансформація чи нівелювання проблеми.

Підготовка фахівців психологів з технік арт-терапії, застосування їх з урахуванням специфіки лікувального закладу та творчих можливостей пацієнта відповідно до завдань психологічної реабілітації є освітнім завданням сучасних вишів.

Безперечно, арт-терапія як засіб вільного самовираження та саморегуляції через художню творчість допомагає пацієнтові усвідомити та оцінити свої почуття та успішно знайти внутрішні ресурси та досягти самоцілення, а також дієвим засобом подолання наслідків психічної травми. Успішна психологічна реабілітація передбачає стійкі зміни у проявах особистості, а саме: прийняття військовослужбовцям відповідальних рішень за своє життя, покращення соціальної адаптації, дотримання техніки безпеки, зниження впливу стресових факторів на реактивні та деструктивні прояви в емоціях та поведінці, виробити позитивні настанови на майбутнє, розвинути професійну стресостійкість, добрі сімейні стосунки, прагнення бути повноцінним членом суспільства, покращувати якість життя.

### **Список використаних джерел**

1. Репнова Т.П. Культура емоцій та почуттів під час війни. *Актуальні проблеми сучасного управління в соціально-економічних, гуманітарних та технічних системах* : Зб. наук. праць за матеріалами XVIII

Міжнародної науково-практичної конференції / ПрАТ «ВНЗ «МАУП»» Одеський інститут, Інститут ринку і економіко-екологічних досліджень НАН України, 17 листопада, 2022 р. Одеса: Лерадрук. С. 142-146.

2. Соціологічне дослідження American University Kyiv і дослідницької лабораторії Rating Lab, жовтень 2024 року. URL: <https://poklik.media/dobrochynnist/psykholohichna-reabilitatsiia-ukraintsiv-pislia-viiny-mozhe-zainiaty-do-20-rokiv/> (дата звернення 10.04.2025)

**Ключові слова:** психологічна реабілітація, військовослужбовці, арт-терапія, саморегуляція через творчість.

**Key words:** psychological rehabilitation, military personnel, art therapy, self-regulation through creativity.

**Романов Кирил Русланович**

*здобувач вищої освіти факультету психології, політології, соціології  
Національний університет «Одеська юридична академія»*

**Чачко Світлана Леонідівна**

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології  
Національний університет «Одеська юридична академія»*

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА РІВЕНЬ ЗАДОВОЛЕНOSTІ ЖИТТЯМ

Останнім часом емоційний інтелект набуває все більшого значення в психологічній науці, що підтверджується зростаючою кількістю сучасних досліджень, присвячених цьому феномену. Концепція емоційного інтелекту, запропонована Д. Гоулманом, передбачає здатність особистості керувати власними емоціями та ефективно взаємодіяти з іншими, що, як підтверджують дослідження, сприяє соціальній адаптації та підвищенню суб'єктивного благополуччя. Із огляду на процеси цифровізації, що відбуваються в суспільстві наше дослідження є вкрай актуальним.

З огляду на теоретичну та практичну значущість теми, важливо зазначити, що суб'єктивна оцінка людиною якості власного життя є важливим критерієм психологічного благополуччя. Емоційна стійкість, як одна з ключових складових емоційного інтелекту, відіграє суттєву роль у підтриманні психічного здоров'я в умовах сучасного суспільства. Проведене дослідження має на меті поглиблене розуміння специфіки взаємодії між емоційним інтелектом і життєвою задоволеністю. Це відкриває перспективи для подальшого впровадження цільових психологічних програм, орієнтованих на розвиток емоційної компетентності.

Дж. Пор з колегами встановили, що емоційний інтелект позитивно корелює з благополуччям, а також з умінням впоратися з труднощами [1]. Н.С. Шютте та Н.М. Лой виявили, що вищий емоційний інтелект пов'язаний з покращенням психічного здоров'я [2]. Але досі суттєві питання щодо розуміння