

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 ОЧІВУАНЬ 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

3. Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace" Vol. 14, No. 2, 2020.

4. Rosen L. Me, MySpace and I: Parenting the net generation. NY: PalgraveMacmillan, 2007.

Ключові слова: кіберпростір, інфодемія, кіберсомнія, соціалізація, цифрове суспільство.

Key words: cyberspace, infodemic, cybersomnia, socialization, digital society.

Лохматова Дарина Олександрівна

здобувачка I курсу факультету адвокатури та антикорупційної діяльності

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Тащматов В. А.

ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЯХ

Вивчення поведінки та психологічних особливостей особистості в екстремальних та кризових ситуаціях є надзвичайно актуальним в сучасному світі, який постійно стикається з різноманітними викликами та загрозами. Природні катаклізми, техногенні аварії, соціальні потрясіння, військові конфлікти – все це може призвести до виникнення екстремальних ситуацій, які ставлять людину перед лицем смерті, болю, втрат та інших тяжких випробувань.

Метою дослідження є розкрити психологічні механізми поведінки особистості в екстремальних та кризових ситуаціях, дослідити фактори, що впливають на стійкість та адаптивність людини в цих умовах, а також визначити шляхи та методи надання психологічної допомоги людям, які пережили екстремальний досвід.

Наразі не існує єдиного, загальноприйнятого визначення екстремальних та кризових ситуацій. Проте, для кращого розуміння даної тематики пропонується використовувати наступні робочі дефініції:

Екстремальна ситуація - раптова ситуація, яка несе в собі реальну або уявну загрозу життю, здоров'ю, психічному благополуччю та особистісній цілісності людини.

Екстремальні ситуації виходять за межі звичайного нормального людського досвіду це означає що людина не стикалася з подібними подіями раніше і їй складно передбачити як правильно діяти характеризуються факторами до яких людина не адаптована і не готова діяти в їх умовах ці фактори можуть бути фізичними наприклад стихійні лиха психологічними наприклад терористичний акт або соціальними наприклад війна ступінь екстремальності ситуації визначається силою тривалістю і незвичністю проявів цих факторів чим сильніше триваліше і незвичніше впливають ці фактори тим екстремальнішою буде ситуація іншими словами екстремальні ситуації ставлять людину перед викликами до яких вона не підготовлена і змушують її діяти в незвичних для неї умовах.

Криза - раптовий поворотний момент, що кидає виклик звичним уявленням людини про світ і про себе. Цей виклик змушує людину швидко змінювати свої погляди, і ці зміни можуть мати як позитивні, так і негативні наслідки.

Криза може виникати раптово, під впливом зовнішніх обставин або травмуючих подій, таких як стихійні лиха, аварії, терористичні акти, насильство, або ж втрата близької людини. Ці події можуть призвести до серйозних психологічних наслідків, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та шокова травма.

Люди по-різному реагують на екстремальні ситуації. Деякі люди розпадаються під тиском, а інші залишаються стійкими та адаптивними. Існує ряд психологічних особливостей, які можуть сприяти стійкості в екстремальних умовах.

- Оптимізм: Оптимісти вірять, що хороші речі трапляються, навіть у важкі часи. Ця віра може допомогти їм зберегти надію та мотивацію в складних ситуаціях.

- Самоповага: Люди з високою самоповагою вірять у свої здібності впоратися з будь-якими труднощами. Ця віра може допомогти їм залишатися впевненими та рішучими в екстремальних ситуаціях.

- Контроль над внутрішнім середовищем: Люди, які вважають, що вони контролюють своє власне життя, з більшою ймовірністю зможуть впоратися зі стресом і труднощами.

- Соціальна підтримка: Наявність сильної соціальної підтримки може допомогти людям впоратися з екстремальними ситуаціями. Друзі та родина можуть надати емоційну підтримку, практичну допомогу та почуття зв'язку.

- Здатність до адаптації: Люди, які вміють адаптуватися до змін, з більшою ймовірністю зможуть впоратися з екстремальними ситуаціями. Вони можуть гнучко міняти свої плани та поведінку відповідно до обставин.

- Сенс життя: Люди, які мають чітке уявлення про сенс свого життя, з більшою ймовірністю зможуть впоратися з екстремальними ситуаціями. Почуття сенсу може надати їм мету та мотивацію в складні часи.

Послідовність дій при наданні психологічної підтримки постраждалим при надзвичайній ситуації не медичними працівниками:

1) надавати психологічну підтримку в безпечному місці;

2) характерні ознаки психологічних розладів: втрата фізичної сили; руховий неспокій; відчуття виснаженості та нереальності; емоційна віддаленість від оточення, рідних; почуття провини; ворожі дії до оточуючих;

3) вивести постраждалого за межі місця пригоди та ізолювати його від надлишкової уваги оточуючих;

4) заспокоїти постраждалого, сказати, що Ви прийшли, щоб надати допомогу, що будете поруч та не залишите його до прибуття бригади екстреної медичної допомоги;

5) постійно підтримувати візуальний контакт з постраждалим;

6) спілкуватись з постраждалим спокійно, адекватно оцінюючи його побажання та дії;

7) при розмові уникати слів, які можуть викликати відчуття провини у постраждалого;

8) відволікати його від негативних думок та намірів;

9) переконати постраждалого, що необхідна допомога буде надана вчасно та професійно;

10) забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади екстреної медичної допомоги;

11) при погіршенні стану постраждалого до приїзду бригади екстреної медичної допомоги повторно зателефонувати диспетчеру екстреної медичної допомоги.

Список використаних джерел

1. Романовський О. Г., Черкашин А. І., Грень Л.М. та ін. –Харків: Видавництво Іванченка І. С., 2022. – 356 с.
2. How to Manage Stress: Top Strategies for Stress Relief By Michelle Pugle
3. Надання першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях : методичні рекомендації / Н. О. Довгань; С. А. Поліщук ; за ред. В. М. Духневича ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2022. – 145 с.
4. Bernard B. Fostering Resiliency in Kids: Protective Factors in the Family, School and Community. Minneapolis : University of Minnesota, 1991. 22 p

5. Куликов Л. В. Психогігієна особистості. Питання психологічної стійкості і психопрофілактики : навч. Посіб. СПб., 2004. С. 87–115.

Ключові слова: психологічні особливості, кризові ситуації, екстремальні ситуації, адаптивність людини, психологічна підтримка, надзвичайні ситуації.

Keywords: psychological features, crisis situations, extreme situations, human adaptability, psychological support, emergency situations.

Маковецька Марія Олександрівна

здобувачка групи ПС бак 42

Одеський національний морський університет

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Кернас А. В.

Одеський національний морський університет

ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ: СОЦІАЛЬНО–ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ

Анотація. Стаття розглядає вплив особистості на поведінку людей у екстремальних ситуаціях. Вона обговорює різноманітність реакцій на стрес та важливість розуміння індивідуальних рис особистості для ефективного управління екстремальними умовами [1].

Актуальність дослідження. Зростаюча кількість надзвичайних ситуацій та кризових обставин у сучасному світі вимагає уваги до реакцій та стратегій адаптації особистості в умовах стресу та небезпеки. Актуальність дослідження полягає у необхідності розробки ефективних програм психологічної підтримки та реабілітації, спрямованих на покращення психічного здоров'я та підвищення рівня адаптації людей до кризових ситуацій.