



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

Андрійченко Анастасія Володимирівна
*магістрант ОП «Клінічна психологія»
факультету психології політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»
Науковий керівник: Ташматов Вячеслав Абдулайович,
кандидат психологічних наук, доцент*

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.31004>

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СХИЛЬНОСТІ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

У сучасному суспільстві інтернет є невід’ємною частиною повсякденного життя кожної людини. Особливо це стосується молоді та підлітків, які з кожним роком дедалі частіше стикаються з проблемою надмірного користування соціальними мережами, комп’ютерними іграми, штучним інтелектом, тощо, що поступово переростає у залежну форму. Інтернет-залежність набуває ознак психологічної адикції, за якої віртуальний простір часто стає альтернативою реального життя, живого спілкування, навчання та відпочинку. В основі залежності лежить примусове, патологічно сильне бажання до виконання певних дій, що викликають стан задоволення, спокою чи ейфорії. На відміну від звички, залежність характеризується неможливістю переключитися на іншу діяльність до задоволення потреби, постійними думками про об’єкт залежності та неусвідомленим виконанням дій задля досягнення бажаного стану [2]. Ця проблема стає предметом дослідження низки психологів та педагогів, а серед батьків викликає неабияке занепокоєння, адже наслідки надмірного користування інтернетом нерідко призводять до соціальної ізоляції, емоційного виснаження та порушень у процесі формування особистісної ідентичності підлітка.

Підлітковий вік є особливо важливим періодом, впродовж якого формується система цінностей, світогляд і соціальні навички. Паралельно з цим, інтернет часто стає головним інструментом для самовираження, пошуку визнання та засобом для уникнення емоційних труднощів чи переживань. Підлітки використовують соціальні мережі, онлайн-ігри, стрімінгові платформи як джерело задоволення соціальних потреб або спосіб втечі від реальності. Залежність виникає поступово – спочатку це звичка,

потім – необхідність, а згодом перетворюється на нав'язливу потребу, яка руйнує межу між реальним та віртуальним життям.

Психологічні чинники, що сприяють формуванню інтернет-залежності, мають багаторівневу природу. До індивідуально-психологічних належать: низький рівень саморегуляції, емоційна хиткість, схильність до імпульсивних вчинків, високий рівень тривожності та потреба в постійному стимулюванні. Особливу роль відіграє самооцінка: підлітки з викривленим самосприйняттям частіше шукають схвалення чи способи самоствердження у віртуальному середовищі, де вбачають можливість створення ідеалізованого образу себе. Цей образ часто дає тимчасове відчуття значущості та контролю, що частково компенсує внутрішню невпевненість та незадоволеність.

Важливим чинником формування адикції є також емоційна незрілість, що проявляється в труднощах із самоконтролем та невмінням екологічно долати стрес. Інтернет при цьому виконує функцію придушення справжніх емоційних реакцій та втечі від негативних переживань. Крім того, інтернет-залежність часто супроводжується дефіцитом реального спілкування, тоді підліток компенсує нестачу соціальної підтримки, уваги чи розуміння у віртуальному середовищі, часто вдаючись до агресії.

Не менш значущими є соціально-психологічні чинники. Численні дослідження демонструють, що стиль батьківського виховання має прямий вплив на формування та розвиток адиктивної поведінки. Гіперопіка, емоційна холодність, брак довіри або постійна критика з боку батьків часто штовхають підлітка на пошуки безпечного підтримуючого середовища, яким часто стає мережа. Соціальні медіа та онлайн-ігри створюють ілюзію прийняття, безумовної підтримки та можливості реалізуватися без ризику відторгнення.

Важливою передумовою інтернет-залежності є також когнітивні спотворення, притаманні підліткам, – наприклад: «у віртуальному світі мене розуміють, на відміну від реального», «реальне життя нудне та нецікаве», «в онлайні я можу все». Такі переконання формують викривлене сприйняття власної ідентичності й підсилюють прагнення віртуальної взаємодії, та небажання реальної.

Мета дослідження – проаналізувати основні психологічні чинники, що визначають схильність підлітків до інтернет-залежності, виявити закономірності її формування у сучасному інформаційному середовищі.

Основні завдання дослідження:

1. Розкрити сутність феномену інтернет-залежності та його вплив на психічний розвиток підлітків.
2. Визначити індивідуально-психологічні та соціально-психологічні чинники, що сприяють її формуванню.
3. Проаналізувати особливості підліткової самооцінки, емоційної регуляції та рівня самоконтролю у осіб з різним ступенем інтернет-залежності.
4. Визначити роль сімейного середовища та стилів виховання у розвитку схильності до онлайн-адикції.
5. Запропонувати психологічні заходи для виявлення, профілактики та корекції інтернет-залежної поведінки.

Інтернет-залежність сприяє формуванню цілого ряду психологічних проблем: конфліктна поведінка, хронічні депресії, віддання перевазі віртуальному простору над реальним життям, труднощі адаптації в соціумі, втрата здатності контролювати час перебування за комп'ютером, виникнення почуття дискомфорту за відсутності можливості користування Інтернетом. Багато дітей відкрито визнають, що дуже часто відвідують заборонені батьками сайти. При цьому у них виникає ілюзія вседозволеності і безкарності. Це спонукає порушувати правила, а безкарність може виявитися пасткою і мати серйозні наслідки в реальному житті – відбувається девальвація моральності [1]. Отже, інтернет-залежність є однією з найпоширеніших форм поведінкових адикцій серед підлітків. Її виникнення пов'язане зі злиттям внутрішніх та зовнішніх чинників – від особистісної незрілості до соціальної ізоляції. Усвідомлення цих механізмів є основою для запобігання адикції та формування здорової цифрової культури молодого покоління.

Список використаних джерел

1. Білоущенко В. В. Психологічні особливості інтернет-залежності в підлітковому віці / В. В. Білоущенко, Р. Т. Чарнецька. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2013. Вип. 1. С. 33–36. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2013_1_11 (дата звернення: 16.10.25).
2. Федорченко І. С. Вплив тривожності у підлітків на формування інтернет-залежності : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник В. В. Грандт. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 70 с. URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/bitstream/12345/25694/1/Федорченко%20І.С.pdf> (дата звернення: 16.10.25).

Ключові слова: підлітки, соціальні мережі, інтернет-залежність, адиктивна поведінка, психологічні чинники, негативний вплив, психологічний стан, віртуальне життя, формування особистості, соціальна підтримка.

Keywords: teenagers, social networks, internet addiction, addictive behavior, psychological factors, negative influence, psychological state, virtual life, personality formation, social support.

Андрущенко Анна Олександрівна
здобувач Інституту гуманітарних наук
Національний університет «Одеська політехніка»
Науковий керівник: **Боделан Марина Володимирівна**,
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та соціальної роботи
Національний університет «Одеська політехніка»

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.31003>

ПРЕВЕНТИВНИЙ ПІДХІД У РОБОТІ З УРАЗЛИВИМИ ВЕРСТВАМИ НАСЕЛЕННЯ

Превентивний підхід у соціальній роботі з уразливими верствами населення є одним із ключових напрямів сучасної соціальної політики України. Його сутність полягає у своєчасному виявленні, запобіганні та зменшенні соціальних ризиків, які можуть спричинити маргіналізацію або ж погіршення якості життя окремих людей або ж груп. На відміну від реактивних заходів, що спрямовані на подолання вже існуючих проблем, превентивна діяльність зорієнтована на їх попередження.

Зауважимо, що в умовах повномасштабної війни, зростання кількості внутрішньо переміщених осіб, економічної нестабільності та поширення психосоціальних травм, значення ефективної профілактичної роботи стає особливо актуальним і життєво необхідним [1].

У сучасній соціальній роботі превентивна діяльність ґрунтується на трирівневій моделі профілактики, яка забезпечує системний підхід до запобігання соціальним проблемам та раціональне використання ресурсів залежно від рівня ризику.

Первинна профілактика спрямована на широкі групи населення, які поки не мають проявів соціальних труднощів, але перебувають

ЗМІСТ

ПРИВІТАННЯ ПРЕЗИДЕНТА НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ.. «ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ» СЕРГІЯ ВАСИЛЬОВИЧА КІВАЛОВА.	3
Азаркіна Олена Володимирівна ПРАВОВІ ЗАСАДИ РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА В СОЦІАЛЬНІЙ СФЕРІ.	5
Алексейчук Любов Володимирівна Репнова Тетяна Петрівна ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ОБСЕСИВНО-КОМПУЛЬСИВНОМУ РОЗЛАДІ В УМОВАХ СТАЦІОНАРУ.	9
Андрійченко Анастасія Володимирівна ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СХИЛЬНОСТІ ДО ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.	12
Андрущенко Анна Олександрівна ПРЕВЕНТИВНИЙ ПІДХІД У РОБОТІ З УРАЗЛИВИМИ ВЕРСТВАМИ НАСЕЛЕННЯ.	15
Афонін Дмитро Сергійович Гапич Наталія Яківна САМООЦІНКА ЯК ПРЕДИКТОР ПРОФЕСІЙНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.	18
Афонін Дмитро Сергійович Клевчик Ольга Андріївна САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРС ФАХІВЦЯ В УМОВАХ ВІЙНИ.	21
Бернадіна Ганна Петрівна АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ СУЧАСНИЙ МЕТОД КОРЕКЦІЇ ТА ПІДВИЩЕННЯ САМООЦІНКИ У ЖІНОК.	24
Белоконь Аліса Вікторівна Третьякова Тетяна Миколаївна ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК УМОВА ГАРМОНІЗАЦІЇ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПРИЙМАЮЧОМУ СЕРЕДОВИЩІ.	28
Боярина Катерина Олександрівна ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ДЕРЖАВНИМИ СЛУЖБОВЦЯМИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ.	31
Будяченко Ольга Миколаївна Яричевська Надія Борисівна ВПЛИВ СПОРТУ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.	35