

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.

Гурін Руслан Сергійович ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ СУЧАСНОЇ ОСВІТИ.....	66
Джежик Ольга Володимирівна, Булгару Вікторія Миколаївна РОЛЬ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ У ВИНИКНЕННІ ТА ПОСИЛЕННІ ПРОКРАСТИНАЦІЇ.....	68
Джежик Ольга Володимирівна, Кушнерьова Вікторія Вікторівна ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА САМООЦІНКУ ТА РІВЕНЬ ДОМАГАНЬ: ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ.....	70
Джежик Ольга Володимирівна ІНТЕНСИФІКАЦІЯ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	72
Дранікова Маргарита Сергіївна ЕФЕКТИВНІСТЬ СІМЕЙНОЇ ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДИТЯЧО- БАТЬКІВСЬКИМИ КОНФЛІКТАМИ У ПІДЛІТКІВ.....	75
Дяченко Анна Сергіївна ОБРАЗ «Я» ТА СТІЙКІСТЬ ДО СТРЕСУ ОСОБИСТОСТІ.....	79
Ковальова Анастасія Павлівна ВПЛИВ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА НА ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ КІБЕРСОЦІАЛІЗАЦІЇ.....	82
Король Олег Олегович, Кернас Андрій В'ячеславович ПРИЧИНИ ТА НАСЛІДКИ ПТСР У ВІЙСЬКОВИХ.....	86
Король Катерина Миколаївна РОЛЬ ЦИФРОВОГО ДЕТОКСУ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.....	89
Крижанівська Катерина Андріївна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКІВ СХИЛЬНИХ ДО ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	92
Марущак Анастасія Петрівна ВПЛИВ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ НА СОЦІАЛЬНУ АДАПТАЦІЮ.....	95
Марценіцена Маргарита Юріївна, Чачко Світлана Леонідівна МОТИВАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМИ ТИПАМИ ХАРАКТЕРУ	97

Ключові слова: самооцінка, рівень домагань, психолог, соціальні мережі.
Key words: self-esteem, aspiration level, psychologist, social networks.

Джежик Ольга Володимирівна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»

ІНТЕНСИФІКАЦІЯ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У сучасному суспільстві, яке постійно змінюється під впливом технологічного прогресу, соціальних трансформацій та глобалізаційних процесів, зростає потреба у висококваліфікованих, психологічно підготовлених фахівцях. Професійна діяльність вимагає від людини не лише ґрунтовних знань і практичних навичок, а й здатності до саморозвитку, адаптації, критичного мислення, емоційної стійкості та соціальної зрілості. Саме тому актуалізується проблема інтенсифікації професійно-психологічної підготовки як ключового чинника формування компетентного спеціаліста.

Професійно-психологічна підготовка охоплює три ключові напрями.

По-перше, це розвиток психофізіологічної основи професійної діяльності, який включає вдосконалення анатоμο-фізіологічних та психомоторних функцій: координації, сенсорних і сенсомоторних здібностей, рухових навичок, уваги, пам'яті, мислення, сприйняття. Особлива увага приділяється розвитку стресостійкості, емоційної стабільності та витривалості, що є критично важливими у низці професій, зокрема у військовій, правоохоронній, юридичній та медичній сферах.

По-друге, це соціально-психологічний розвиток, який спрямований на формування здатності до ефективної взаємодії в системах «людина-людина», «людина-група», «людина-колектив», тощо. Він охоплює розвиток комунікативних навичок, емпатії, етичної відповідальності, соціальної адаптивності та навичок командної роботи. Людина повинна вміти не тільки виконувати професійні завдання, а й гармонійно вписуватися в соціальні системи.

І, нарешті, світоглядне, емоційно-мотиваційне та інтелектуальне становлення особистості. Цей напрям передбачає розвиток правової свідомості, системно-логічного та критичного мислення, морально-етичних орієнтацій та пізнавального інтересу. Важливою складовою є формування внутрішньої мотивації до навчання, самореалізації, постійного вдосконалення.

Професійне становлення не є разовим актом, а довготривалим і багаторівневим процесом, що охоплює різні вікові періоди та життєві етапи. Професійний розвиток визначається не лише спадковістю, а й впливом виховання, соціального середовища, особистого досвіду, переживань та змінних умов життя. Вибір професійного шляху стабілізується лише в середньому віці,

однак розвиток особистості не припиняється навіть у дорослому стані. Зупинка професійного зростання розглядається як неприродний стан.

Таким чином, для досягнення зрілості у професії необхідна система підготовки, яка відповідає кожному етапу розвитку особистості - від початкової адаптації до глибокого професійного самовизначення.

Професійно-психологічна підготовка є фундаментом ефективної трудової діяльності особистості в будь-якій сфері. Вона охоплює не лише засвоєння знань і навичок, а й комплексне формування психофізіологічних, соціальних та світоглядних компонентів, необхідних для професійного дозрівання. Інтенсифікація цього процесу передбачає застосування цілісного, системного підходу, що враховує особистісні особливості, етапи розвитку та соціальні запити.

Успішна професійна реалізація фахівця можлива лише за умови безперервного розвитку, самопізнання та готовності адаптуватися до змін. Саме тому підготовка майбутніх фахівців має будуватися з урахуванням не лише академічної складової, а й психологічної, етичної, соціальної та емоційно-мотиваційної сфер.

Під психологічними основами інтенсифікації професійно-психологічної підготовки розуміється система закономірностей, на які спирається процес формування у людини не лише професійних знань і навичок, але й відповідних психічних, інтелектуальних, особистісних та психофізіологічних якостей. Ці основи дають змогу проєктувати ефективні освітньо-психологічні моделі, які сприяють цілісному розвитку особистості майбутнього фахівця, здатного до ефективної й суспільно значущої діяльності.

Професійно-психологічна підготовка включає формування комплексу компетентностей, що дозволяють людині виконувати професійну діяльність незалежно від рівня формальної освіти. Це означає, що важливою є не тільки академічна підготовка, а й цілісне формування психологічної готовності до професійних викликів.

Відповідно вимогам Закону України «Про вищу освіту» навчальний процес у закладі вищої освіти передбачає поетапне та послідовне освоєння здобувачами низки освітніх компонентів, які є необхідними для їх професійної діяльності [1]. В тому числі, освітнім процесом передбачені навчальні дисципліни, що включають і професійну психологічну підготовку.

Навчальні дисципліни психологічного спрямування належать до переліку як вибіркових, так і обов'язкових освітніх компонентів у підготовці здобувачів вищої освіти за всіма спеціальностями. Їх основною метою є формування у здобувачів системного уявлення про психологічні закономірності розвитку особистості, міжособистісної взаємодії та поведінки людини в соціальному контексті. Знання з психології сприяють розвитку навичок самопізнання, саморегуляції та партнерської взаємодії, а також розширюють розуміння психологічних аспектів поведінки індивіда як члена соціальних груп і спільнот.

У процесі опанування психологічних дисциплін здобувачі набувають теоретичних та практичних знань про закономірності становлення індивідуальності особистості, її адаптацію до життєвих умов та вплив особистих

і групових чинників на її розвиток, що, в свою чергу сприяє розкриттю та розвитку творчого потенціалу особистості через глибше розуміння її психологічної природи.

Під час вивчення психологічних дисциплін, здобувачам необхідно опанувати низку ключових компетентностей, зокрема: розуміння основних психологічних закономірностей розвитку індивідуальності та становлення особистості; здатність аналізувати особистісні якості та ресурси індивіда; уміння застосовувати знання про механізми спілкування та соціального партнерства в різних сферах життєдіяльності; навички аналізу групової динаміки, особливостей командної взаємодії та лідерства; здатність визначати ефективні підходи до мотивації та стимулювання діяльності; володіння стратегіями профілактики й подолання конфліктних ситуацій; розуміння умов і чинників, що сприяють розвитку креативної особистості в професійному та організаційному середовищі тощо.

Таким чином, професійна психологічна підготовка у закладі вищої освіти не лише сприяє особистісному зростанню здобувача, а й формує важливі практичні навички, які необхідні для ефективної професійної реалізації в будь-якій сфері діяльності.

Отже, вивчення дисциплін психологічного спрямування є не лише важливим елементом загальної академічної підготовки здобувачів, а й ключовим чинником їх професійно-психологічної підготовки, тобто, особистісного та професійного становлення майбутніх фахівців незалежно від обраної спеціальності, оскільки міждисциплінарний характер дозволяє поєднувати знання з різних галузей і формувати цілісне уявлення про закономірності функціонування психіки, поведінки та соціальної взаємодії людини.

Отже інтенсифікація професійно-психологічної підготовки у закладі вищої освіти сприяє розвитку критичного мислення, емоційного інтелекту, здатності до саморефлексії та глибшого розуміння себе й інших. В результаті здобувачі отримують інструменти не лише для успішної комунікації та ефективної співпраці, а й для розв'язання конфліктів, адаптації до змін, лідерства та мотивації в команді.

Особливу цінність професійна психологічна підготовка має в контексті формування психологічної грамотності - здатності свідомо керувати власними емоціями, будувати здорові міжособистісні стосунки, обирати конструктивні моделі поведінки та приймати зважені рішення в особистому та професійному житті. Таким чином, посилене вивчення психології є життєво необхідною складовою формування гармонійної, самодостатньої, зрілої особистості, здатної діяти ефективно у складному, динамічному соціальному середовищі XXI століття.

Список використаних джерел

1. Закон України «Про вищу освіту» // Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2014. N 37–38. ст. 2004. (редакція від 16.09.2022 р.).
[Електронний ресурс]. Режим доступу: URL :
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18> (дата звернення 11.04.2025).

Ключові слова: психологія, професійно-психологічна підготовка, здобувачі вищої освіти, професійний розвиток, правова свідомість, професійне становлення.

Key words: psychology, professional and psychological training, higher education students, professional development, legal consciousness, professional formation.

Дранікова Маргарита Сергіївна

здобувачка 4 курсу Центру заочного та дистанційного навчання

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: кандидат політичних наук, доцент Шмаленко Ю.І.

ЕФЕКТИВНІСТЬ СІМЕЙНОЇ ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИМИ КОНФЛІКТАМИ У ПІДЛІТКІВ

Дитячо-батьківські конфлікти є поширеним явищем, що набуває особливої гостроти в підлітковому віці, коли прагнення підлітків до автономії часто призводить до непорозумінь з батьками. Своєчасне фахове втручання може запобігти ескалації напруженості у стосунках та мінімізувати ризик розвитку психологічних травм. Одним із потенційно ефективних підходів до розв'язання таких конфліктів є сімейна терапія.

Під поняттям сімейна терапія слід розуміти психотерапевтичний підхід, орієнтований на всю систему сімейних відносин, а не лише на окремого індивіда. Її метою є виявлення і модифікація деструктивних моделей взаємодії, покращення комунікації, емоційного клімату в родині, а також профілактика майбутніх кризових ситуацій.

Сімейна терапія - визначається як вид психотерапії, що фокусується на системних взаємодіях у сім'ї та використовує ці взаємодії як основний важіль для досягнення позитивних змін у функціонуванні всієї сімейної системи та її окремих членів.

Першим етапом у сімейній терапії є визначення терапевтичних цілей, що передбачає комплексне розуміння причин звернення сім'ї за психологічною допомогою. Ці причини можуть включати міжособистісні конфлікти між подружжям, труднощі у вихованні дітей, розбіжності у ціннісних орієнтаціях, а також інші проблеми, що негативно впливають на гомеостаз та стійкість сімейної системи [3].

З-поміж ключових моделей сімейної терапії, що застосовуються у практиці, виділяють:

Структурна сімейна терапія (ССТ), розроблена Сальвадором Мінухіним на основі дослідження сімейних систем у Клініці дитячого орієнтування у Філадельфії, є клінічною моделлю втручання, що характеризується активною позицією терапевта. Терапевт прагне включитися в сімейну систему для безпосереднього розуміння її внутрішньої динаміки та патернів функціонування. Така залученість створює умови для ефективнішого впливу на дисфункційні