

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 ОЧІВУВАНЬ 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 |

***Лісовенко Анна Федорівна***

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології*

*Національний університет «Одеська юридична академія»*

***Татьянчиков Андрій Олександрович***

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології*

*Національний університет «Одеська юридична академія»*

***Короход Ясмін Джанівна***

*кандидат політичних наук, доцент за кафедрою соціології та  
психології*

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В КІБЕРПРОСТОРИ

Дослідження психологічних аспектів поведінки людини в кіберпросторі допомагає краще зрозуміти, як люди використовують цифровий простір для задоволення своїх психологічних потреб і які наслідки це може мати для їхнього психічного добробуту. Кіберпростір надає людям можливість взаємодіяти, висловлювати себе і шукати інформацію в новому контенті.

З розвитком мережевого суспільства комунікативною інфраструктурою соціального простору, у межах якого формуються індивідуальні та колективні ідентичності, стає інформаційно-технологічна модель. Суть її функціонування полягає у системній інтеграції цифрових процесів обробки та передачі інформації, яка за рахунок постійного впровадження та вдосконалення технологій мережевої комунікації продукує нові форми індивідуальних та колективних механізмів акумуляції інформації, створення та розповсюдження нових знань.

Цифрове середовище надає користувачам ряд привабливих, на перший погляд, переваг. У кіберпросторі люди можуть почуватися анонімнішими, що може призвести до звільнення від соціальних обмежень і більш відвертого вираження своїх думок і почуттів (але це хибне уявлення анонімності).

Суб'єкти можуть створювати віртуальні персонажі або профілі, які відображають їхню бажану особистість, що може бути пов'язане з власним его і прагненням до самоствердження. У людей з'являється можливість будувати віртуальні стосунки: вони можуть брати участь в онлайн-відносинах, які можуть відрізнятися від реальних стосунків, але також можуть задовольняти їхні емоційні потреби. Кіберпростір впливає на розвиток нових форм комунікації та соціальних структур. Віртуальні спільноти та онлайн-форуми створюють нові можливості для взаємодії, що виходять за рамки традиційних соціальних і географічних обмежень та дозволяють людям з різних куточків світу знаходити однодумців і розширювати свої горизонти [3]. Крім того, спілкування в кіберпросторі допомагає декому позбутися почуття самотності, але уникнення проблем реального життя шляхом занурення у віртуальний світ може викликати складнощі в управлінні своїм життям [1]. Інтернет також надає можливості для отримання емоційної підтримки, психологічного консультування та онлайн-терапії для кращого саморозуміння та саморегуляції.

В цілому, виділяють такі мотиви користувачів Інтернет-мережі (Грінберг):

- когнітивні: отримання інформації, знань, розуміння, навчання, пошук рекомендацій, поінформованість;
- афективні: отримання збудження, емоцій, естетичної насолоди, розвага, релаксація, уникнення реальності;
- соціальні: спілкування, конструювання ідентичності, підтримка проекту, з'ясування умов існування інших;
- особистісні: пошук моделей поведінки, будівництво системи ціннісних орієнтацій, підвищення статусу, впевненості в собі, самопізнання.

Цифрові платформи керують фокусом уваги користувача, створюючи "тунель реальності" – той вузький спектр явищ і думок, які він бачить, коли перебуває всередині сформованої алгоритмами реальності.

Крім того, спілкування у кіберпросторі задовольняє потребу в новій інформації. У структурі потреби в новинах виділяється як мінімум дві різні складові – потреба в регулярному отриманні поточних новин ("бути в курсі") та потреба в обговоренні новин з іншими людьми. Потреба "бути в курсі" новин більш виражена у чоловіків, людей старшого віку, людей з вищою освітою, осіб, які перебувають у шлюбі, людей, які мають дітей. Люди з більш вираженою потребою в отриманні та обговоренні новин частіше відстежують поточну інформацію [3].

Потреба в обговоренні та розповсюдженні новин виступає сьогодні одним із ймовірних джерел "інфодемії". Інфодемія – інформаційна епідемія, що характеризується "вірусним" поширенням дезінформації, фейкових новин, чуток, інформаційної паніки тощо (Rothkopf, 2003). Психологічні наслідки сприйняття інформації зі ЗМІ можуть бути серйознішими, ніж від переживання самого факту страшних і травмуючих подій (Garfin, 2020) [2].

Негативні ефекти інфодемії можуть призвести до:

- порушення уваги та пам'яті, підвищеного відволікання, зниження рівня критичного мислення через надто велику кількість стимулів;
- обмеження можливості знаходження достовірної інформації, що сприяє формуванню неадекватного способу сприйняття ситуації та відповідних поведінкових реакцій;
- поширення ігнорування чи активного заперечення у поведінці як захисної реакції на неможливість розібратися в суперечливій інформації;
- неадекватність сприйняття ситуації як із погляду завищення, і заниження усвідомлення небезпеки;
- зростання недовіри до дій офіційних структур;
- поширення серед різних соціальних груп широкого спектра негативних переживань (тривога, депресія, агресивність, почуття несправедливості та безсилля, відчуття втрати контролю, пригніченість);
- формування стратегій ризикованої поведінки за умов кризових ситуацій [2].

Крім того, почуття безсилля від інформаційного "цунамі" може призвести до уяви найгіршого результату або "катастрофізації", сприяючи виникненню почуття тривоги та страху (Wiederhold, 2020) [2].

Кібертехнології не просто доповнюють та розширюють простір діяльності дитини, а впливають на всю її структуру як в офлайн, так і в онлайн. Інтернет – це вже звична для людства культурна зброя, що сприяє породженню нових форм діяльності, культурних практик, феноменів, мотивів, значень та смислів, які у складній взаємодії з традиційною життєдіяльністю в офлайн створюють новий спосіб життя сучасної дитини [Цит по 1].

Менша присутність батьків у "нових медіа" посилює цифровий розрив між поколіннями, і старше покоління виявляється слабо обізнаним про ті події та процеси, які не виходять за межі соціальних мереж і не потрапляють у заголовки новин. Цифровий розрив та низька цифрова компетентність не дозволяють дорослим виступати повноцінними навігаторами для дітей в інформаційному онлайн-просторі і змішаній реальності та коригувати негативні процеси трансформації моделей медіаспоживання під впливом інфодемії. Раннє та активне занурення в інформаційний онлайн-простір дітей при недостатньому рівні компетентності та відсутності міжпоколінських форм передачі онлайн-досвіду з медіаспоживання може призводити до зниження критичності при сприйнятті інформації, інформаційного перевантаження, виникнення недовіри, схильності до інфодемії, комп'ютерної залежності. Постійна гра в комп'ютерні ігри агресивного змісту може призводити до агресивних думок, почуттів, поведінки, зниження емпатії, альтруїзму у дітей, підлітків і юнаків [4].

Крім цього, існує ще ряд можливих проблематичних наслідків довгого перебування людини у кіберпросторі. Тривалий час, проведений в інтернеті, може призвести до ізоляції від реального світу, уникнення реальності та втрати справжніх зв'язків, що може спричинити почуття самотності та відчуження. У кіберпросторі можуть виникнути проблеми з ідентифікацією особистості, а також із розрізненням реального життя та віртуального світу,

що може вплинути на самовідчуття та самоідентифікацію. Віртуальний світ іноді створює спотворене уявлення про реальність, що може призвести до проблем із самооцінкою, а також сприяти розвитку ілюзій та нереалістичних очікувань. Використання соціальних мереж може призвести до недоречного порівняння себе з іншими, спотворення реальності та формування негативного самосприйняття, що може вплинути на психологічне благополуччя. У кіберпросторі люди можуть зіткнутися з кібербулінгом, який може серйозно вплинути на їхнє психічне здоров'я, викликаючи стрес, тривогу, депресію та інші проблеми. Постійне використання соціальних мереж може призвести до розвитку залежності, що, у свою чергу, негативно позначиться на психічному здоров'ї. У цифровому просторі люди залишають цифровий слід, що може викликати почуття стороннього контролю над своєю особистою інформацією та приватністю, впливаючи на їхній рівень довіри та безпеки. Крім того, безперервний доступ до інформації та спілкування в інтернеті може призвести до проблем зі сном (кіберсомнії) через постійну активність і можливість бути завжди "на зв'язку", що зрештою негативно позначиться на загальному фізичному та психічному здоров'ї.

Вивчення цих аспектів дозволяє краще зрозуміти вплив цифрового світу на психічне здоров'я людей та розробити стратегії для підтримки балансу між онлайн-активністю та турботою про своє психічне благополуччя.

### **Список використаних джерел**

1. Лісовенко А.Ф. «Кіберособистість» як можлива модель ідентичності сучасної молоді // Трансформація українського суспільства в цифрову еру : Матеріали II всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 23 березня 2023 р.) – Одеса: Нац. ун-т «Одеська юридична академія», 2023. – С. 196-200.
2. Солонько О. Інфодемія. Зброя дезінформації у вірусну епоху // Вид. Markobook, 2023, 392 с.

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 Ташматов 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.