



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

Ключові слова: самооцінка, сопізнання, корекція низької самооцінки у жінок, арт-терапія, ізотерапія.

Keywords: self-esteem, co-cognition, correction of low self-esteem in women, art therapy, isotherapy.

Белоконь Аліса Вікторівна

магістрант ОП «Психологія»

Центру заочного та дистанційного навчання

Національний університет «Одеська юридична академія»

Третьякова Тетяна Миколаївна

кандидат політичних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Національний університет «Одеська юридична академія»

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2552-5850>

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30999>

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЯК УМОВА ГАРМОНІЗАЦІЇ КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПРИЙМАЮЧОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Одним із найсерйозніших соціально-психологічних викликів сучасності стала проблема адаптації та комунікації внутрішньо переміщених осіб, кількість яких постійно зростає. Ця категорія громадян потребує не лише матеріальної та соціальної підтримки, а насамперед, комплексної психологічної допомоги, спрямованої на відновлення емоційної рівноваги, відчуття безпеки й сенсу життя.

Головною метою нашого емпіричного дослідження є теоретичний аналіз та емпіричне дослідження особливостей психологічного стану внутрішньо переміщених осіб (вивчення соціально-психологічних механізмів адаптації та особливостей комунікативної взаємодії ВПО в умовах зміни соціокультурного середовища, а також визначення чинників, що сприяють або ускладнюють ефективну інтеграцію цих осіб у нові соціальні спільноти), а також розроблення програми соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на комплексний

розвиток навичок адаптації, комунікації, зниження рівня тривожності та подолання стресу у ВПО.

Результати анкетування виявили, що понад половина респондентів постійно відчуває емоційне виснаження, а частина з них – періодично переживають тривогу і напруження. Значна частина учасників повідомляє про проблеми зі сном, зниження почуття підтримки з боку оточення та труднощі у пристосуванні до нового соціального середовища. Переважна більшість зазначає, що процес адаптації ще триває або супроводжується емоційними й побутовими складнощами. Це свідчить про затяжний характер адаптаційного процесу, що ускладнюється дефіцитом соціальної підтримки та відчуттям відчуженості.

Психологічні характеристики, отримані за методикою К. Ріфф «Шкала психологічного благополуччя», показали, що найбільш уразливими сферами для внутрішньо переміщених осіб є позитивні відносини з іншими, автономія та управління оточенням [2]. У цих сферах зафіксовано переважання низьких показників, що свідчить про труднощі у встановленні міжособистісних контактів, залежність від зовнішньої оцінки, зниження почуття контролю над власним життям і брак впевненості у власних силах. Помірні результати зафіксовано за шкалами «Цілі в житті» та «Самоприйняття», що вказує на збереження внутрішнього потенціалу особистісного розвитку, однак у контексті пережитих втрат і соціальної невизначеності цей потенціал реалізується лише частково.

Методика Ч. Д. Спілбергера-Ю. Л. Ханіної засвідчила переважання високого рівня особистісної тривожності та помірного рівня ситуативної тривожності, що свідчить про трансформацію емоційного напруження у стійку особистісну рису [1]. Така диспропорція між показниками реактивної й особистісної тривожності демонструє хронічний характер емоційної нестабільності, зумовлений довготривалим впливом стресогенних факторів, невизначеністю соціально-економічної ситуації та складністю побудови нових соціальних зв'язків у приймаючому середовищі.

Результати, отримані за опитувальником самооцінки психічних станів Г. Айзенка, підтвердили високий рівень психоемоційного напруження серед переселенців. Зокрема, понад половина респондентів продемонструвала високі показники тривожності та фрустрації, а також підвищені рівні агресивності і ригідності [3]. Це вказує

на емоційну лабільність, труднощі у гнучкому реагуванні на зміни, схильність до внутрішніх конфліктів та посилену напруженість у міжособистісних відносинах. Підвищена агресивність і фрустрованість можуть виступати вторинними реакціями на тривалу травма-тизацію, соціальну невизначеність та зниження контролю над власним життям.

Узагальнення емпіричних результатів дослідження дозволяє зробити висновок, що внутрішньо переміщені особи характеризуються емоційною виснаженістю, високою тривожністю, обмеженими адаптаційними ресурсами,

зниженим рівнем автономії та соціальної залученості. Водночас зафіксовані середні й частково високі показники за окремими шкалами свідчать про наявність внутрішнього потенціалу для психоемоційного відновлення та успішної соціальної інтеграції за умови відповідного соціально-психологічного супроводу.

Отже, отримані дані підтверджують необхідність системної психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб, спрямованої на зниження рівня тривожності, розвиток навичок емоційної саморегуляції, зміцнення соціальної підтримки та формування конструктивних комунікативних стратегій. Комплексні програми адаптації, які поєднують психоосвітні, терапевтичні та соціальні компоненти, можуть стати ефективним ресурсом у підвищенні психологічного благополуччя та соціальної інтеграції цієї категорії населення.

Розроблена нами тренінгова програма психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб: «Комунікація та адаптація внутрішньо переміщених осіб» була спрямована на розвиток емоційної стійкості, підвищення рівня соціально-психологічної адаптації, формування конструктивних комунікативних стратегій та зміцнення почуття особистісного контролю. Зміст програми базувався на інтеграції когнітивно-поведінкових, гуманістичних і соціально-психологічних підходів, що забезпечило її комплексний характер та практичну ефективність.

У процесі тренінгової роботи учасники поступово оволодівали навичками саморегуляції, емоційного усвідомлення, конструктивного спілкування, управління стресом і міжособистісними конфліктами. Особливу увагу було приділено формуванню навичок активного слухання, емпатійної взаємодії, подолання соціальної ізоляції та розвитку довіри у міжособистісних стосунках.

Список використаних джерел

1. Психодіагностика та психорегуляція емоційних станів людини: практикум : навчальний посібник для студентів спеціальності «Психологія» / В. М. Юрченко. Видання 2-ге, доповнене та виправлене. Рівне : МЕНУ, 2020. 156 с.
2. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад.: М. В. Лемак, В. Ю. Петрище. Вид. 2-ге, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
3. Чумак О. О., Товстуха О. М. Психодіагностика : навчально-методичний посібник. Полтава : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2024. 121 с.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, адаптація, комунікація, психологічне благополуччя, експериментальне дослідження, анкетування, психодіагностика, тренінг.

Keywords: internally displaced persons, adaptation, communication, psychological well-being, experimental research, questioning, psychodiagnostics, training.

Боярина Катерина Олександрівна
магістрант ОП «Психологія»

Центру заочного та дистанційного навчання
Національний університет «Одеська юридична академія»
Науковий керівник: Корнута Людмила Михайлівна,
доктор юридичних наук, доцент,
професор кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.30998>

ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ДЕРЖАВНИМИ СЛУЖБОВЦЯМИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Кризові ситуації в діяльності державних службовців можна розглядати як поєднання зовнішніх стресорів (військові загрози, надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру, масові міграційні процеси, інформаційні атаки) та внутрішніх, організаційно-психологічних чинників (надмірна бюрократизація,

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