

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.

*ДОПОВІДІ УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ ЗА ТЕМАТИЧНИМИ
НАПРЯМКАМИ*

<i>Абдуллаєва Анна Русланівна, Рєпнова Тетяна Петрівна</i> СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО СТВОРЕННЯ СІМ'Ї.....	39
<i>Аль-Бітар Софія Сафуанівна</i> ВАЖЛИВІСТЬ САМООЦІНКИ ДЛЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я.....	41
<i>Афонін Дмитро Сергійович</i> РОЛЬ ТА МЕХАНІЗМИ ЕМОЦІЙНО-ЕМПАТІЙНОГО КОМПОНЕНТУ В УЯВНОМУ МОДЕЛЮВАННІ ПРИ РЕКОНСТРУКЦІЇ ПОДІЇ ЗЛОЧИНУ...	43
<i>Бакурідзе Ніна Григорівна</i> КЛІНІЧНИЙ ВИПАДОК НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНОЇ ДІАГНОСТИКИ ПІСЛЯ ВИБУХОВОЇ ЛЕГКОЇ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВОЇ ТРАВМИ.....	47
<i>Банєва Таїсія Русланівна</i> РОЛЬ СІМ'Ї ТА СОЦІАЛЬНОГО ОТОЧЕННЯ У ПОДОЛАННІ ЗАЛЕЖНОСТЕЙ.....	49
<i>Божко Єлизавета Андріївна, Рєпнова Тетяна Петрівна</i> ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	52
<i>Виноградова Каріна Володимирівна</i> ПОРУШЕННЯ ОБРОБКИ СЕНСОРНОЇ ІНФОРМАЦІЇ У ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	54
<i>Волошанюк Ольга Олегівна</i> ВИБІР ШЛЯХУ: СВОБОДА ЧИ ОБОВ'ЯЗОК ПЕРЕД СУСПІЛЬСТВОМ?....	57
<i>Геращенко Олександр Сергійович</i> КІБЕРСОЦІАЛІЗАЦІЯ СТУДЕНТІВ ПСИХОЛОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ: ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ.....	58
<i>Григор'єва Катерина Олексіївна, Рєпнова Тетяна Петрівна</i> ЕМОЦІЙНА НАПРУЖЕНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС.....	61
<i>Гулько Маргарита Олегівна</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЛІДЕРСТВА У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	63

***Григор'єва Катерина Олексіївна**
здобувачка 4 курсу факультету психології, політології та соціології
Національний університет «Одеська юридична академія»
Рєпнова Тетяна Петрівна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»*

ЕМОЦІЙНА НАПРУЖЕНОСТЬ ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС

Вивчення психологічних механізмів корекції емоційної напруженості особистості є вкрай актуальним для працівників ДСНС, оскільки їхня діяльність пов'язана з високим рівнем стресу, небезпекою для життя та необхідністю швидко ухвалювати рішення в екстремальних умовах. Постійна емоційна напруга може призводити до професійного вигорання, зниження ефективності роботи та психологічних розладів [1, с. 143].

Розуміння та застосування методів психологічної саморегуляції, технік зниження стресу та адаптаційних стратегій сприяє покращенню психоемоційного стану рятувальників, забезпечує їх психологічну стійкість та підвищує загальну ефективність виконання службових обов'язків [2, с. 138].

Емпіричне дослідження емоційної напруженості та особистісних характеристик працівників ДСНС в екстремальних умовах відбувалося у чотири ключові етапи: підготовчий, на якому здійснювалася організація дослідження; психодіагностичний, що включав застосування методик для вивчення психологічного стану рятувальників; аналітичний, під час якого проводилася обробка і узагальнення отриманих даних; та рекомендаційний, спрямований на розробку практичних порад і методів для зниження рівня емоційної напруженості у працівників ДСНС.

Для дослідження емоційної напруженості та особистісних характеристик працівників ДСНС були використані чотири психодіагностичні методики, а саме: «Шкала нервово-психічного напруження» (LEC-5), «Опитувальник травматичних подій життя», «Опитувальник самооцінки станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності», а також «Шкала психологічного стресу» (PSS-25).

Згідно з результатами, отриманими за методикою «Шкала нервово-психічного напруження», серед працівників ДСНС 62% мають середній рівень напруженості, 24% – низький, а 14% – високий, що вказує на значне психологічне навантаження, з яким вони стикаються під час виконання службових обов'язків.

Аналіз травматичних подій за методикою LEC-5 показав, що більшість рятувальників у своїй професійній діяльності неодноразово зазнавали або регулярно стикаються з екстремальними ситуаціями, такими як пожежі, стихійні лиха, аварії, техногенні катастрофи та збройні конфлікти, що створює додатковий стресовий вплив на їхню психіку.

Аналіз даних, отриманих за допомогою опитувальника «Самооцінка станів

тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності» виявив, що 42% працівників ДСНС мають високий рівень тривожності, що може негативно впливати на швидкість та ефективність прийняття рішень в екстремальних умовах. Крім того, 22% респондентів продемонстрували значний рівень фрустрації, що може знижувати мотивацію та спричиняти емоційне виснаження, а 16% мають підвищену агресивність, яка може ускладнювати міжособистісні взаємодії в команді та впливати на загальний психологічний клімат у колективі.

Дослідження за методикою «Шкала психологічного стресу» засвідчило, що 44% рятувальників відчувають високий рівень стресу, що значно підвищує ризик розвитку професійного вигорання, погіршення психоемоційного стану та зниження продуктивності.

Проведений кореляційний аналіз підтвердив існування тісних взаємозв'язків між емоційною напруженістю та такими факторами, як тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність і стрес, що ще раз підкреслює необхідність розробки ефективних психологічних методів корекції та підтримки психоемоційної стабільності працівників ДСНС.

Проведене дослідження підтвердило, що працівники ДСНС, які виконують свої обов'язки в екстремальних умовах, потребують систематичної психологічної підтримки. Значну роль у вирішенні проблеми емоційної напруженості працівників ДСНС відіграє професійний психолог. Він забезпечує діагностику рівня стресу, тривожності та психоемоційного стану рятувальників, використовуючи сучасні психодіагностичні методики. На основі отриманих даних психолог розробляє індивідуальні та групові програми психологічної допомоги, спрямовані на зниження стресу та підвищення адаптаційних можливостей особового складу. Важливим напрямом його роботи є проведення індивідуальних консультацій та кризового втручання після особливо складних чи травматичних ситуацій, що допомагає рятувальникам швидше відновлювати психоемоційний баланс [3, с. 46].

Одним із ефективних методів зниження емоційного напруження та зміцнення психологічної стійкості є впровадження спеціалізованих тренінгових програм. Зокрема, тренінг із розвитку стресостійкості може допомогти рятувальникам оволодіти навичками емоційної саморегуляції, ефективного подолання стресових станів та підвищення готовності до дій у критичних ситуаціях. Структура тренінгу включає когнітивні, емоційні та поведінкові механізми, що забезпечує комплексний вплив на зниження емоційної напруги та адаптацію до психологічних навантажень. Практичні вправи, спрямовані на контроль емоцій, розвиток стресостійкості та швидке відновлення психоемоційного стану, дозволять рятувальникам ефективніше справлятися з наслідками інтенсивного навантаження. Важливою складовою тренінгу є розвиток командної взаємодії, оскільки згуртованість колективу та наявність соціальної підтримки відіграють ключову роль у зниженні рівня стресу під час виконання службових завдань. Запропонована тренінгова програма не лише сприятиме профілактиці емоційного вигорання, а й допомагатиме працівникам ДСНС зберігати високу працездатність у напружених умовах [4, с. 98].

Висновок. Проведене дослідження підтвердило наявність високого рівня

емоційної напруженості у досліджуваній групі працівників ДСНС, що зумовлений екстремальними умовами їхньої професійної діяльності. Розробка та впровадження ефективних психологічних методів, зокрема тренінгу зі стресостійкості та занять з психологічної підтримки та психоедукації, сприятиме зниженню рівня стресу, підвищенню адаптаційних можливостей та запобіганню професійному вигоранню працівників. Важливу роль у цьому процесі відіграє психолог, який здійснює діагностику психоемоційного стану, надає необхідну допомогу та розробляє заходи для покращення психологічного благополуччя рятувальників.

Список використаних джерел

1. Репнова Т. П. Культура емоцій та почуттів під час війни. «Актуальні проблеми сучасного управління в соціально-економічних, гуманітарних та технічних системах» Зб. наук. праць за матеріалами XVIII Між. Наук.-практичної конференції / ПрАТ «ВНЗ «МАУП»» Одеський інститут, Інститут ринку і економіко-екологічних досліджень НАН України, 17 листопада, 2022 р. Одеса: Лерадрук. С. 142-146.
2. Собченко О. М. Стрес у життєдіяльності фахівців-рятувальників. Наука і освіта. 2020. № 5-6. С. 138-140.
3. Литвин А. В., Руденко Л. А. Формування психологічної готовності курсантів ЗВО ДСНС до діяльності в ризиконебезпечних обставинах. Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. 2021. № 1. С. 40-48.
4. Ушакова І. М. Психопрофілактика виникнення гострих стресових розладів у працівників ДСНС України під час війни. Науковий вісник Ужгородського національного університету. 2022. №2. С. 95-99.

Ключові слова: емоційна напруженість, працівники ДСНС, діяльність, екстремальні умови, стрес, тривожність, фрустрація, психолог, корекція, тренінг.

Key words: emotional tension, employees of the State Emergency Service, activity, extreme conditions, stress, anxiety, frustration, psychologist, correction, training.

*Гулько Маргарита Олегівна
здобувачка вищої освіти*

*Національний університет «Одеська юридична академія»
Науковий керівник: доктор юридичних наук, доцент Корнута Л.М.*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЛІДЕРСТВА У СТУДЕНТСЬКИХ ГРУПАХ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У сучасних умовах трансформації вищої освіти, зумовленої цифровізацією, впровадженням гнучких освітніх траєкторій, переходом до дистанційних і змішаних форм навчання, виникає потреба в переосмисленні соціально-психологічних процесів, що відбуваються у студентських групах.