



**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОДЕСЬКА
ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

Кафедра психології

**КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ І
ПРАКТИКИ У КОНТЕКСТІ ЛЮДИНОЦЕНТРИСТСЬКОГО
ВИМІРУ В ЦИФРОВУ ЕРУ**

Колективна монографія

За загальною редакцією
Цільмак О. М.

Одеса
Видавець Букаєв Вадим Вікторович
2026

УДК 159.9:004:316.6

K64

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.32832>

Затверджено до друку Вченою радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
Протокол №8 від 23 квітня 2026 року

Авторський колектив:

Афонін Д. С., Бернадіна Г. П., Будяченко О. М., Гурін Р. С.,
Джежик О. В., Дубрянська Н. О., Корнута Л. М., Лісовенко А. Ф.,
Рєпнова Т. П., Самара О. Є., Мотов А. Ю., Татяничков А. О.,
Ташматов В. А., Цільмак О. М., Шмаленко Ю. І.

Рецензенти:

Лефтеров В. О. – доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри педагогіки та психології Міжнародного
гуманітарного університету;

Шрагіна Л. І. – доктор психологічних наук, доцент, доцент
кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки факультету
економіки та управління підприємництвом Одеського національного
економічного університету

Пасько О. М. – доктор юридичних наук, доцент, професор
кафедри психології та педагогіки Одеського державного університету
внутрішніх справ.

Концептуальні засади психологічної науки і практики у
K64 контексті людиноцентристського виміру в цифрову еру : колективна
моногр. / Афонін Д. С., Бернадіна Г. П., Будяченко О. М. та ін.; за
заг. ред. Цільмак О. М. Одеса : Видавець Букаєв Вадим Вікторович,
2026. 399 с. URL: <https://hdl.handle.net/11300/32832> ;
<https://doi.org/10.32837/11300.32832>

ISBN 978-617-7790-73-9

Колективну монографію присвячено сучасним теоретико-методологічним і
прикладним підходам до розвитку психологічної науки та практики в умовах
цифрової трансформації суспільства. У виданні розглянуто актуальні проблеми
розвитку особистості, формування ідентичності, ціннісно-смыслові сфери,
психологічної безпеки та психічного здоров'я крізь призму людиноцентристського
підходу.

Монографія адресована науковцям, викладачам, здобувачам вищої освіти,
практичним психологам, фахівцям освітньої та соціальної сфер, а також усім, хто
зацікавлений у розвитку сучасної психології в умовах цифрової ери.

ЗМІСТ

Вступне слово (<i>Ківалов С. В.</i>).....	5
РОЗДІЛ І. ПСИХОЛОГІЧНЕ РЕГУЛЮВАННЯ, МЕДІАЦІЯ ТА ПРОФЕСІЙНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ В ЦИФРОВУ ЕРУ	7
1.1.Зміст складових цифрової компетентності психолога (<i>Цільмак О. М., Шмаленко Ю. І.</i>).....	7
1.2. Медіація на публічній службі: сучасний стан та перспективи запровадження (<i>Корнута Л. М., Шмаленко Ю. І.</i>).....	41
РОЗДІЛ ІІ. РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ, ІДЕНТИЧНІСТЬ І ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ В ЦИФРОВУ ЕРУ	76
2.1. Розвиток самооцінки жінок як психологічна передумова професійного зростання в умовах цифрової трансформації (<i>Бернадіна Г. П., Дзежжик О. В.</i>).....	76
2.2. Розвиток емоційної зрілості майбутніх фахівців у цифрову епоху (<i>Гурін Р. С.</i>).....	108
2.3. Ідентичність особистості в цифрову еру: когнітивно-поведінкова терапія осіб, котрі мають психологічні проблеми в сфері цифрової ідентичності (<i>Лісовенко А. Ф.</i>).....	137
РОЗДІЛ ІІІ. ЦІННІСНО-СМИСЛОВІ ОРІЄНТАЦІЇ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЯ В УМОВАХ ЦИФРОВОГО СУСПІЛЬСТВА.....	170
3.1. Індивідуальні і соціальні цінності як джерело сенсів та їх дослідження в умовах цифрового суспільства (<i>Рєпнова Т. П.</i>)	170
3.2. Ціннісні орієнтації здобувачів вищої освіти в умовах кіберсоціалізації (<i>Татьянчиков А. О.</i>).....	201
РОЗДІЛ ІV. МЕТОДОЛОГІЯ, ЛЮДИНОЦЕНТРИЗМ І ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В ЦИФРОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	240

Гурін Р. С.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

НУ «Одеська юридична академія»

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8552-0878>

2.2. Розвиток емоційної зрілості майбутніх фахівців у цифрову епоху

Дослідження присвячено аналізу проблеми розвитку емоційної зрілості майбутніх фахівців у цифрову еру. Проведена теоретична робота дала можливість виокремити низку підходів, які характеризують поняття «емоційна зрілість» та різняться сутністю визначень зазначеного феномена. Так, представники першого підходу тлумачать її як відповідність емоційної реактивності людини нормам для дорослого в даному суспільстві.

Представники другого підходу вважають, що вона характеризує особистість внутрішньо несуперечливу, здатну розпізнавати й виражати власні емоції адекватно переживанню, що виникає. Вчені третього напрямку підходять до розуміння цього феномену як характеристики різних емоційних проявів, властивих певному віковому періоду людини, що забезпечують успішне здійснення діяльності.

Визначено структуру емоційної зрілості, яка характеризується такими компонентами, як: емоційна експресивність, емоційна саморегуляція та емпатія. Теоретичний аналіз джерел наукової розвідки дозволив встановити, що професійне становлення майбутніх фахівців повинно сприяти розвитку емпатії як особистісної потреби.

Систематизація наукового пошуку за предметом дослідження дала можливість встановити, що феномен «емпатія» неновий, а її еквіваленти (емпатійне переживання, співчуття, співпереживання) розглядаються багатьма психологічними школами, які пов'язані з дослідженням спілкування, розвитку особистості та взаємодії.

Визначено та охарактеризовано модулі (підготовчо-теоретичний, емпірично-діагностичний, аналітико-інтерпретаційний, орієнтовно-практичний) констатувального етапу емпіричного дослідження емпатії як компонента емоційної зрілості майбутніх фахівців. Упродовж дослідження доведено, що рівні розвитку емпатії пов'язані з успішністю професійного становлення майбутніх фахівців, яке проявляється у схильності до спілкування, мотивації у навчанні та рефлексії.

Ключові слова: емоційна зрілість, емпатія, майбутні фахівці правоохоронної діяльності та психології, цифрове суспільство.

Актуальність дослідження полягає у здатності майбутніх фахівців усвідомлено керувати своїми емоціями, підтримувати психологічну рівновагу та ефективно взаємодіяти в умовах

інтенсивного цифрового впливу на них. З іншого боку, зростання стресових чинників (інформаційне перенавантаження, підвищений темп комунікації, висока конкуренція), ускладнення емоційного розпізнавання (спілкування відбувається без невербальних сигналів, що вимагає вищого рівня емпатії та саморегуляції), поширення цифрових ризиків (кібербулінг, хейт, порівняння себе з ідеалізованими образами, що негативно впливають на самооцінку та психічне здоров'я) наголошують на розвитку емоційної зрілості, яка стає важливою умовою їхньої успішної інтеграції в цифрове суспільство під час професійного становлення [33].

Розв'язання зазначеної проблематики полягає у невідповідності між зростаючою потребою в конкурентоздатності майбутніх фахівців і недостатнім науково-методичним обґрунтуванням розвитку емоційної зрілості під час їхнього професійного становлення, яке б урахувало всі чинники цього процесу. При цьому, спираючись на завдання, що відображено в Стандартах і рекомендаціях щодо забезпечення якості в Європейському просторі вищої освіти [31] і Законі України «Про вищу освіту» [9], розвиток емоційної зрілості майбутніх фахівців у цифрову епоху не викликає сумніву.

Аналіз наукового фонду доводить, що методологічні основи емоційної зрілості наведено в роботах: О. Афоніна, С. Максименка, І. Мельничук, О. Назарова, Л. Ніколаєва, О. Носенко, Л. Онуфрієва, І. Павлової, Л. Перелигіна, О. Півень, Ю. Приходько, О. Саннікової, Н. Світличної, Т. Титаренко, С. Харченко, О. Чебикіна, В. Черевко, Н. Чепелєвої, О. Штепита ін.

Психолого-педагогічні аспекти підготовки майбутніх фахівців висвітлено в роботах: Н. Гузій, Р. Гуревича, М. Євтуха, І. Зязюна, Е. Карпової, Н. Кічук, О. Пехоти, І. Підласого, В. Рибалко, Р. Хмелюкта ін. Вивченню особистості як активного суб'єкта навчальної та професійної діяльності висвітлено в роботах: Г. Балла, В. Лефтерова, В. Моляко, В. Плохих, О. Степанова, О. Цільмак, Т. Яценко та ін. Проте, вченими здебільшого досліджується процес розвитку емоційної зрілості особистості, а в умовах цифрової ери під час професійного становлення майбутніх фахівців на сьогодні вона досліджена недостатньо, що також засвідчує актуальність зазначеної проблеми.

Мета дослідження полягає в науковому обґрунтуванні феномену «емоційна зрілість» у психолого-педагогічній літературі та емпіричному дослідженні її розвитку в цифрову епоху під час професійного становлення майбутніх фахівців. Для досягнення мети дослідження було поставлено такі завдання: визначити зміст та сутність феномену «емоційна зрілість» у психолого-педагогічній літературі; здійснити аналіз результатів констатувального етапу дослідження емоційної зрілості майбутніх фахівців. Під час

розв'язання окреслених завдань використано методи вивчення та аналіз психолого-педагогічної літератури з об'єкту та предмету дослідження, анкетування та критерій χ^2 -квадрат.

Логіка категоріального аналізу феномена «емоційна зрілість».

Наслідки пандемії COVID-19, яка змінила спосіб життя, мислення й спілкування людей в усьому світі, що вплинуло на популяризацію проблем самотності, тривожності, страху й соціальної ізоляції, а також війна – випробування не лише для держави, а й для кожної людини, тобто переживання страху, втрати, болю і невизначеності, вплинули на вищу освіту, яка змушена поєднувати традиційні заняття із дистанційними. Внаслідок цього, окрім позитивних моментів, які забезпечують гнучкість, індивідуалізацію освітнього процесу, поширення можливостей для самоосвіти, водночас є й невирішені, з якими стикаються майбутні фахівці такі, як: зниження емоційної чутливості через тривале перебування в онлайн-середовищі; відчуття ізоляції та самотності, яке послаблює здатність до співпереживання; нестача живого спілкування, що ускладнює формування довіри; цифрова втома, яка знижує емоційну включеність у процес навчання.

Реальність сьогодення вказує, що людина в цифровому суспільстві значну частину часу проводить у віртуальному середовищі. Віртуальна реальність приваблює людину неформальністю, свободою, відсутністю необхідності налагодження реальних соціальних відносин, зручністю в доступі, привабливістю та яскравістю медійної форми. Зважаючи на те, що електронне існування сучасної людини трансформується в бік цифрового суспільства, у сучасних гуманітарних науках на перший план висуваються такі проблеми, як: виявлення гуманістичного сенсу та змісту екзистенції людини в технізованому світі; усвідомлення причин і сутності цифровізації життя та освіти зокрема; усвідомлення гуманітарних критеріїв соціокультурного буття тощо [33].

Питання професійного становлення, професійної самореалізації та самоактуалізації особистості протягом тривалого часу знаходяться у полі посиленої уваги науковців [6]. Зокрема, помітний інтерес для дослідників становить інформатизація освіти, яка не лише змінює способи навчання, а й активно впливає на розвиток емоційної зрілості майбутніх фахівців.

Так, на думку авторського колективу (О. Назарова, Л. Перелигіна, Ю. Приходько, Н. Світлична) зрілість є певною якістю, що характеризує рівень розвитку особистості з погляду «досягнень». Вчені наголошують на тому, що зрілість характеризує співвідношення її рівня розвитку відповідно з вимогами до адаптації та стану її психічного й фізіологічного здоров'я [25]. В. Купчишина

вважає, що зрілість людини виступає умовою та критерієм успішної реалізації нею нових статусів і ролей, соціально та біологічно обумовлених функцій тощо [17].

Теоретичний аналіз започаткованої проблеми надав можливість встановити, що вчені визначають соціальну (О. Івашенко, С. Поліщук, В. Радул, А. Реан, А. Чхайдзе та ін.), особистісну (Т. Лисянська, З. Мірошник, О. Остапчук, Л. Потапчук, Д. Туркова, І. Шапова та ін.) [2], емоційну (О. Афоніна, І. Мельничук, Л. Ніколаєв, Л. Онуфрієва, І. Павлова, О. Півень, С. Харченко, О. Штепа та ін.) [34], професійну (Л. Камєнева, Т. Комар, С. Стрельбицька, О. Чуйко та ін.) [35], психологічну (О. Москаленко, Т. Тимошенко, В. Фефелова та ін.) [19] зрілість. У межах предмету дослідження доречним є розгляд емоційної зрілості.

Зауважимо, що вчені виокремлюють три підходи щодо розуміння поняття емоційної зрілості. Представники першого підходу (А. Ребер, Ж. Піаже, П. Фресс та ін.) тлумачать її як відповідність емоційної реактивності людини нормам для дорослого в даному суспільстві. Представники другого підходу (А. Жук, А. Маслоу, О. Яковлева та ін.) вважають, що емоційна зрілість характеризує особистість внутрішньо несуперечливу, здатну розпізнавати й виражати власні емоції адекватно переживанню, що виникає. Вчені третього напрямку (Д. Ісаєв, Н. Максимова, А. Маурер, Є. Чудіна та ін.) підходять до розуміння цього феномену як характеристики різних емоційних проявів, властивих певному віковому періоду людини, що забезпечують успішне здійснення діяльності [34].

Вчені Л. Ніколаєв та С. Харченко визначають емоційну зрілість як чинник соціальної успішності людини [20]. Проведене І. Павловою та О. Чебикіним дослідження дозволило констатувати, що в усіх напрямках визначення поняття «емоційна зрілість» виступає здатність до адекватного емоційного реагування з урахуванням вікового періоду, тобто розвитку особистості в конкретних соціальних умовах [34].

Узагальнення досліджень (О. Коблянська, О. Лібін, Т. Мироненко, О. Носенко, Т. Титаренко, В. Черевко та ін.), дало можливість встановити, що емоційну зрілість тлумачать, як: 1) інтегративне явище суто емоційного порядку; 2) певний рівень емоційного розвитку людини; 3) якість особистості, що характеризує адекватність емоційного реагування.

Розглядаючи структуру емоційної зрілості, слухним є дослідження І. Павлової, в якому авторка визначила такі компоненти: емоційна експресивність, емоційна саморегуляція та емпатія. У психолого-педагогічній літературі зустрічаються відомості, за якими можна простежити, як кожний з цих компонентів впливає на прояв

інших. У межах предмету дослідження розглядаємо лише емпатію як складову емоційної зрілості [24].

Аналіз наукового фонду доводить, що методологічні основи емпатії та емпатійності наведено в роботах: Н. Авдєєвої, Є. Басіної, М. Боришевського, Т. Василюшина, Т. Гаврилова, Л. Журавльової, С. Максименко, К. Роджерса, М. Савчина, О. Саннікової, Л. Стрелкова, В. Філатова, Н. Чепелевої та ін. Вивченню емпатії як психологічного феномена присвятили свої дисертаційні дослідження такі вітчизняні вчені, як: О. Алпатова, Т. Василюшина, О. Кайріс, І. Коган, В. Кротенко, І. Кузнецова, Т. Павлюк, О. Орищенко, О. Юдіна та ін. Проте, незважаючи на широкий спектр вищезазначених наукових праць, питання вивчення емпатії майбутніх фахівців, особливо в цифрову епоху, залишається відкритим.

Зауважимо, що період навчання у закладі вищої освіти, під час якого відбувається професійна адаптація, самовизначення, ідентифікація майбутнього фахівця, важливі для розвитку його особистості, впливає на психологічний розвиток. На думку С. Максименка, О. Саннікової, О. Чебикіна, Н. Чепелевої тощо до одного з елементів психологічної складової підготовки майбутніх фахівців відносять емпатію.

Так, термін «емпатія» в науковому просторі неновий. Підтвердженням висновку є ґрунтовне дослідження генезису становлення цього феномену вітчизняною вченою Т. Гавриловою ще у 1975 році. Емпатія в перекладі зі стародавньої грецької означає сильне, глибоке, чутливе почуття, близьке до страждання. Під емпатією стоїчна філософія розуміла духовну об'єктивну спільність усіх речей, через яку люди співчують один одному. В кінці XIX ст. – на початку XX ст. емпатію стали використовувати як засіб або метод пізнання витворів мистецтва. Вивчаючи цей період, Л. Журавльова дійшла висновку, що вчені розглядали емпатію, з одного боку, як метод пізнання предмету або явища, з іншого – як властивість або здатність людини. Як зазначає авторка, у психології емпатія та її еквіваленти (емпатійне переживання, співчуття, співпереживання) розглядаються багатьма психологічними школами, що пов'язані з дослідженням спілкування, розвитку особистості та взаємодії [8].

Зауважимо, що у психологічних теоріях феномен «емпатія» вченими трактується по-різному, а саме як: важливий чинник морального розвитку особистості (за І. Бехом [3]); вища психічна функція, опосередкована високою особистісною зрілістю суб'єкта, у якого смислова сфера перебуває на духовному рівні розвитку, можемо спостерігати повне взаємопроникнення, злиття внутрішніх світів двох людей, спілкування «Я» і «Ти». З іншого боку – пізнавальні процеси, за допомогою яких сприймається, оцінюється,

пізнається соціальний об'єкт за зовнішніми ознаками (анатомічними, експресивними, статевими особливостями та мовленнєвими інтонаціями) (за Л. Виготським [8]); психічний процес (спрямований на моделювання внутрішнього світу переживань іншої людини), психічна реакція у відповідь на стимул, властивість або здатність особистості (умінні давати опосередкований емоційний відгук на переживання іншого (за В. Кротенко [14]); складний психічний процес, який дозволяє емоційно проникати у внутрішній світ об'єкта, щоб прожитися його душевними переживаннями як власними, зберігаючи свою лінію поведінки, та відобразити після усвідомлення його стану своє емоційно-забарвлене ставлення, відповідно до власних домінуючих моральних установок (за С. Кузьмінім, І. Петровською [16]); помірно сильним предиктором результату терапії (за R. Elliott, A. C. Bohart, J. C. Watson, та ін. [37]); майбутнє людства, розвиток якого знаходиться в площинах спільного розуміння необхідності співчуття, взаємної допомоги, співпереживання у повсякденних реаліях буття пересічних людей на всіх континентах (за J. A. Hall та R. Schwartz [38]); розуміння людиною власного «Я» (за Е. О. Луїс, М. Мартінез та ін. [39]).

Водночас І. Кузнецова під час дослідження педагогічних умов формування емпатійної культури студентів вищих медичних навчальних закладів встановила, що вчені (С. Борисенко, Т. Гаврилова, В. Кан-Калік, Р. Карамуратова, А. Ощепкова, К. Роджерс, Л. Стрелкова, Т. Шибутані та ін.) розглядають емпатію як синтезовану якість, яка включає співчуття, співпереживання, чуйність, жаль, виступає як здібність, властивість, уміння, процес, елемент цілісної структури особистості та стан [15].

В роботі О. Кайріс, що спрямована на розвиток емпатії у професійному становленні студентів вищих педагогічних навчальних закладів визначено, що емпатією слід розглядати як специфічну здатність людини відзиватися на переживання іншого, а також особливий чуттєвий спосіб осягнення його внутрішнього світу [11].

На думку О. Юдіної, під час дослідження психологічних особливостей формування емпатійності майбутніх лікарів встановлено, що емпатія виникає в результаті ідентифікації в оточенні людей. Авторка вважає, що емпатію необхідно розглядати як властивість та процес [36].

В аспекті дослідження, слухним є висновки О. Орищенко, яка проводила диференційно-психологічний аналіз емпатії та встановила, що серед показників емпатичної спрямованості слід виокремлювати: емпатію до рідних, близьких, друзів; до колег, клієнтів, учнів; до незнайомих та малознайомих людей; до самого себе; до представників тваринного світу та рослинного відповідно; до героїв художніх творів; до подій в минулому та майбутньому; до

навколишнього світу в цілому. На думку авторки, емпатію слід розглядати як відносно стійку, інтегральну властивість особистості, що виявляється у: а) здібності емоційно відгукатися на переживання іншої людини (іншого об'єкту емпатії) та розумінні його емоційних станів; б) передбаченні афективних реакцій, в активних спробах допомогти; в) спрямованості на певний об'єкт емпатичних переживань [21].

Наукові розвідки в галузі вікової психології (А. Горянська, В. Пісоцький [26], М. Савчин [29], П. Сахно [4], Т. Середняк [5], О. Сергєєнкова [30], та ін.) та Л. Журавльової [8] надали можливість встановити, що розвиток емпатії відбувається в онтогенезі за такими періодами життя, як: немовлячий вік – вродженість почуття емпатії у людини (взаємодії з матір'ю, природжена потреба в спілкуванні); межа першого і другого років життя впливає на розвиток усього розмаїття емпатійних ставлень за типом «Я – Він»; дошкільний вік – виникає смислове опосередкування емпатійності (атрофується, руйнується здатність до жалю, співчуття, співпереживання); молодший шкільний вік – схильність прояву егоцентричних емпатійних ставлень (співпереживання), ніж суб'єктноцентричні (переживання з приводу почуттів інших); підлітковий вік – відбувається різка диференціація значущості об'єктів емпатії (емпатійними об'єктами є поодинокі однолітки-друзі або референтні групи); юнацький вік – з одного боку, позитивна динаміка розвитку емпатії, яка репрезентує інтеграційні процеси у становленні емпатійності як особистісної якості (досягнення високого рівня розвитку самосвідомості, особистісної зрілості, духовного розвитку та поява переживань кохання); з іншого – репрезентація дисонансної емпатії відбувається на фоні негативного, озлобленого ставлення до людей; зрілий та похилий вік – невід'ємна ознака зрілої особистості (моносуб'єктне родинне ставлення до дітей, онуків і до духовного, універсального ставлення до життя, Бога, Світу) [8].

Як справедливо визначає М. Заміщак, навчання у закладі вищої освіти має сприяти особистісному зростанню майбутнього фахівця шляхом послідовного проходження етапів становлення емоційної зрілості [10]. Такої ж думки О. Чуйко, в дослідженні якої наголошено, що становлення емоційної зрілості пов'язане із появою особистісної здатності до безоцінного прийняття та адекватного реагування на об'єкти психічної реальності [35].

Отже, вищезазначене дало можливість встановити, що в межах зазначеної проблематики емпіричного дослідження привертає увагу твердження, що професійне становлення майбутніх фахівців повинно сприяти розвитку емпатії як особистісної потреби, яка взаємопов'язана з комунікативними здібностями, мотивацією в навчанні та рефлексією [7]. Підґрунтям цьому є дослідження

О. Алпатової, в якому авторка доходить висновку, що емпатія сприяє підвищенню мотивації учнів до навчання та міжособистісної взаємодії, розвитку ефективної комунікації та розуміння психічних станів особистості у певних ситуаціях [1].

Відтак, сучасні тенденції, що існують в освітньому процесі вищої освіти та аналіз розробленості теоретичних і прикладних аспектів феномену «емпатія», сприяли емпіричному дослідженню.

Емпіричне дослідження емпатії як складової емоційної зрілості майбутніх фахівців: констатувальний етап.

У професійній діяльності фахівців соціальної, педагогічної, психологічної, медичної та інших сфер уміння розуміти емоційні стани людей, співпереживати, підтримувати та ефективно взаємодіяти з ними є запорукою професійного успіху та психологічного благополуччя.

Розв'язання започаткованої проблеми, пов'язаної з вивченням психологічних особливостей емпатії майбутніх фахівців, передбачала проведення емпіричного дослідження на констатувальному етапі, яке охоплювало такі модулі, як: підготовчо-теоретичний, емпірично-діагностичний, аналітико-інтерпретаційний, орієнтовно-практичний.

Так, метою першого, підготовчо-теоретичного модулю було визначення теоретико-методологічних засад дослідження емпатії як психологічного феномена. Результати аналізу наукового фонду виявили, що до вивчення феномену «емпатія» використовують діяльнісний (О. Орищенко, К. Роджерс, Н. Сарджвеадзе, О. Чебикін та ін.), еволюційний (В. Ділтей, В. Кротенко, Т. Ліппс, Е. Тітченер та ін.), особистісний (І. Бех, М. Боришевський, І. Булах, О. Полуніна та ін.), соціокультурний (Л. Виговська, С. Максимець та ін.), суб'єктний (Т. Василюшина, О. Коваленко, Л. Малицька, О. Саннікова, Т. Яценко та ін.) підходи. Реалізація даного модулю також включала розробку авторської анкети, що відповідає предмету дослідження.

Другим модулем дослідження психологічних особливостей емпатії майбутніх фахівців є емпірично-діагностичний, метою якого було отримання емпіричних даних щодо рівнів та особливостей емпатії у майбутніх фахівців. Завданнями модулю було: визначення вибірки дослідження (кількість, спеціальність, вік, стать респондентів); проведення анкетування та аналіз отриманих даних (з позиції методології психологічного дослідження В. Осьодло [23], М. Лемак, В. Петрище [27], Ю. Палеха, Н. Леміш [22], В. Руденко [28]).

Зауважимо, що під час реалізації завдань цього модулю була сформована репрезентативна вибірка дослідження, яку склали 70

осіб – здобувачі перших курсів та 60 осіб – здобувачі третіх курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, які навчаються у Національному університеті «Одеська юридична академія» за спеціальностями С4,053 «Психологія» та 262 «Правоохоронна діяльність» на відповідних факультетах «Психологія, політологія та соціологія» та «Цивільна та господарська юстиція». Віковий склад вибірки становить 17-21 рік. Характеристики вибірки дослідження подано у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1.
Характеристики вибірки дослідження психологічних особливостей емпатії майбутніх фахівців

Курс /спеціальність	К-сть респон-тів	Чоловіки	Жінки	Вікова група
1 Психологія	35	2 (6%)	33 (94%)	17-18 років
3 Психологія	30	3 (10%)	27 (90%)	19-21 років
1 Правоохоронна діяльність	35	12 (34%)	23 (66%)	17-18 років
3 Правоохоронна діяльність	30	16 (53%)	14 (47%)	19-21 років

Як бачимо з таблиці 1.1, кількість респондентів за спеціальностями та курсами майже однакова, але є розбіжності. На першому курсі в емпіричному дослідженні взяли участь по 35 осіб як спеціальності «Психологія», так і «Правоохоронна діяльність». На третіх курсах ця кількість склала по 30 осіб на кожній спеціальності. Зауважимо, що анкетування психологічних особливостей емпатії майбутніх фахівців здійснювалося добровільно та анонімно.

Майбутніх психологів-чоловіків взяло участь 2 особи, що склало 6 % від загальної кількості респондентів на першому курсі та 3 особи, що склало 10 % від загальної кількості респондентів на третьому курсі. Жінок – 33 особи, що склало 94 % на першому курсі та 27 осіб, що склало 90 % на третьому курсі від загальної кількості респондентів. Серед майбутніх фахівців правоохоронної діяльності взяло участь – чоловіків 12 осіб (34%) першого курсу та 16 осіб (53%) третього курсу. Жінок – 23 особи (66%) першого курсу і 14 осіб (47%) третього курсу. Такий гендерний розподіл вибірки неоднозначний та пояснюється тим, що за спеціальністю «Психологія» здебільшого навчаються саме жінки, порівняно зі спеціальністю «Правоохоронна діяльність».

Спираючись на здобутки педагогічної психології було встановлено, що відмінність між здобувачами вищої освіти 1 та 3 курсів за віком полягає насамперед у вікових особливостях розвитку особистості – тобто у тому, на якому етапі юності чи молодості вони перебувають. До основних відмінностей вчені (А. Горянська, В. Пісоцький [26], П. Сахно [4], Т. Середняк [5], О. Сергєєнкова [30], Н. Токарева, А. Шамне [32] та ін.) відносять: юність (17-18 років) – період адаптації до нового середовища (заклад вищої освіти), пошук себе, формування професійних інтересів. У ці роки юнак залежить від думки батьків, викладачів, однолітків. Мотивація навчання часто залежить від оцінки та схвалення. З'являється інтерес до обраної професії, але ще відсутня, як зазвичай, глибока професійна мотивація. Проявляється емоційна нестабільність, потреба в підтримці та самопізнання на початковому рівні. Юнаки намагаються планувати, ставити цілі, організовувати власну діяльність.

Юність або рання дорослість припадає на 21-22 роки. Провідна діяльність цього періоду життя людини полягає у професійній підготовці, завершенні навчання у вищому закладі освіти. З'являється усвідомлене ставлення до майбутньої професії, формується професійна ідентичність. Психологічні особливості юнаків цього віку характеризуються розвинутою Я-концепцією та усвідомленням майбутньої ролі фахівця. Вони самостійні, відповідальні, емоційно врівноважені, здатні до саморегуляції. Мотивація до навчання переважно внутрішня, що пов'язано із самореалізацією. В них уже сформовані моральні орієнтири, життєві цінності та професійні наміри. В цьому віці вже наявні емоційна врівноваженість, здатність до самоаналізу, самоконтролю, рефлексія зокрема.

Наступним завданням емпірично-діагностичного модулю було проведення анкетування та аналіз отриманих даних. Відомо, що метод анкетування є найбільш ефективним інструментом для збору даних у психолого-педагогічних та соціологічних дослідженнях. Сутність методу анкетування полягає в тому, що це спосіб збирання психологічної, педагогічної або соціологічної інформації за допомогою спеціально розробленого набору запитань – анкети, які респондент заповнює самостійно без прямого впливу дослідника. З іншого боку, сутність цього методу полягає в отриманні інформації від великої кількості людей за відносно короткий час; використанні стандартизованих запитань, однакових для всіх респондентів; фіксації суб'єктивної думки респондентів у зручній формі для дослідника; забезпеченні анонімності (що підвищує щирість відповідей респондентів) [13]. Для реалізації завдань дослідження, розроблено анкету для визначення рівнів емпатії майбутніх фахівців, яка складається з чотирьох блоків (особисті дані, рівень прояву

емпатії у спілкуванні, рівень прояву емпатії в навчанні, рівень прояву рефлексії в емпатії).

Кожний блок, окрім першого, включає по п'ять запитань на визначення рівнів емпатії (високий, достатній, середній, низький), сутність яких полягає в такому: 60-75 балів – високий рівень (глибоке розуміння емоцій інших та своїх, здатність до свідомого співпереживання). 45-59 балів – достатній рівень (адекватне сприймання почуттів, настрою та переживання тих, хто оточує). 30-44 бали – середній рівень (обмежене розуміння емоцій інших, слабка рефлексія). менше 30 балів – низький рівень емпатії (емоційна нечутливість, неусвідомлення власних реакцій).

Метою третього, аналітико-інтерпретаційного, модулю констатувального етапу емпіричного дослідження були обробка, аналіз та інтерпретація одержаних результатів. Завдання цього етапу полягали у порівнянні результатів анкетування за різними спеціальностями.

Методи математичної статистики у психологічних дослідженнях використовуються для обробки й аналізу даних. Вони допомагають робити: об'єктивні висновки про закономірності у психічних явищах, перевіряти наукові гіпотези, визначати достовірність результатів. Ці методи спрямовані на: опрацювання результатів експериментів або методик діагностування, тестів (обчислення середніх показників, варіацій тощо); виявлення закономірностей і зв'язків між психологічними змінними; перевірку гіпотез – чи є виявлені відмінності / зв'язки статистично значущими; прогнозування поведінки або розвитку на основі отриманих даних та ін. До основних методів математичної статистики, які використовуються в дослідженнях з психології, відносять: описову статистику (таблиці, діаграми, гістограми), кореляційний (наприклад коефіцієнт Пірсона) та регресійний (лінійна, логістична, множинна регресія) аналізи, тестування, кластерний та факторний аналізи, а також аналіз валідності та надійності [28]. Даний модуль передбачав обробку отриманих емпіричних даних, які збирались, систематизувались та оброблялись за процедурами, що описані в конкретних методиках із використанням табличного редактора Microsoft Excel. Отримані результати були інтерпретовані та обчислені за допомогою комп'ютерного програмного пакету IBM SPSS Statistic.

Останній, узагальнювально-практичний, модуль дослідження психологічних особливостей емпатії майбутніх фахівців полягав у формулюванні висновків.

Так, анкетування було проведено в першому семестрі 2025-2026 навчального року; було залучено 130 осіб серед майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психологів. Результати анкетування подано в таблицях 1.2 і 1.3.

Таблиця 1.2.

Результати анкетування прояву емпатії у майбутніх психологів

№	Діагностувальний блок		Навчальні курси	
	Рівні емпатії		1 абс (%)	3абс (%)
1	Рівень прояву емпатії в спілкуванні	низький	8 (22,6)	5 (16,7)
		середній	15 (42,6)	6 (20)
		достатній	9 (25,7)	11 (36,6)
		високий	3 (8,5)	8 (26,7)
2	Рівень прояву емпатії в навчанні	низький	9 (25,7)	4 (13,3)
		середній	18 (51,4)	9 (30)
		достатній	7 (20)	13 (43,4)
		високий	1 (2,9)	4 (13,3)
3	Рівень прояву рефлексії в емпатії	низький	10 (28,6)	6 (20)
		середній	18 (51,4)	9 (30)
		достатній	5 (14,3)	9 (30)
		високий	2 (5,7)	6 (20)

Як бачимо з таблиці 1.2, на запитання анкети «Чи легко розумієте почуття як одногрупників, так і викладачів під час взаємодії на заняттях?», «Ви намагаєтесь зрозуміти, чому одногрупник засмучений, перш ніж реагувати на його поведінку?», «Коли Ви бачите, що однокурсник нервує під час відповіді, чи намагаєтесь не створювати додаткового тиску?», «Чи складно Вам залишатися байдужим (-ою), коли хтось із одногрупників відчуває стрес або труднощі під час навчання?», «Коли Ви помічаєте, що комусь у групі складно висловитися, чи намагаєтесь підтримати його?». Рівень прояву емпатії у спілкуванні серед майбутніх психологів першого курсу: констатовано на низькому рівні 8 осіб, що складає 22,6 % від загальної кількості респондентів. На середньому рівні – 15 осіб, що складає 42,6% від загальної кількості респондентів. На достатньому рівні – 9 осіб, що складає 25,7% від загальної кількості респондентів. На високому рівні – 3 особи, що складає 8,5% від загальної кількості респондентів.

На запитання другого блоку анкети, що пов'язані з навчанням майбутніх психологів першого курсу та рівнем їхньої емпатії, такі, як: «Вміння розуміти емоції інших мотивує Вас краще навчатися в академічній групі?»; «Чи вважаєте Ви, що наявність емпатії сприяє більш усвідомленому навчанню?»; «Співпереживання іншим допомагає Вам глибше осмислювати ставлення до навчання?»; «Чи приємно Вам, коли хтось сміється з помилок іншого одногрупника?»;

«Якщо Ви бачите, що викладач нервує, чи намагаєтесь не погіршувати ситуацію?». Після відповідей одержано такі результати: на низькому рівні прояву емпатії в навчанні – 9 осіб, що складає 25,7% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 18 осіб, що складає 51,4% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 7 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 1 особа, що складає 2,9% від загальної кількості респондентів.

Результати анкетування рівня прояву емпатії, пов'язаного з рефлексією, отримано за допомогою відповідей майбутніх психологів першого курсу на такі запитання: «Після спілкування з одноклассниками Ви замислюєтесь, чи не образили когось ненароком?»; «Чи розумієте Ви, як Ваш настрій може передаватися одноклассникам?»; «Чи аналізуєте, чому відчули саме такі емоції під час спілкування з одноклассниками або викладачем?»; «Після образи одноклассника, Ви розмірковуєте, як це сталося і що варто змінити у Вашій поведінці?»; «Чи аналізуєте Ви, як Ваші почуття пов'язані з реакціями інших людей?». На низькому рівні прояву емпатії в навчанні – 10 осіб, що складає 28,67% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 18 осіб, що складає 51,4% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 5 осіб, що складає 14,3% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 2 особи, що складає 5,7% від загальної кількості респондентів.

Згідно з відповідями майбутніх психологів третього курсу під час анкетування щодо запитань першого блоку анкети отримано наступні дані, які подано в таблиці 1.2. Так, на низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні було діагностовано 5 осіб, що складає 28,6% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 6 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 11 осіб, що складає 36,6% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 8 осіб, що складає 26,7% від загальної кількості респондентів.

Відповіді майбутніх психологів третього курсу на запитання «Вміння розуміти емоції інших мотивує Вас краще навчатися в академічній групі?», «Чи вважаєте Ви, що наявність емпатії сприяє більш усвідомленому навчанню?», «Співпереживання іншим допомагає Вам глибше осмислювати ставлення до навчання?», «Чи приємно Вам, коли хтось сміється з помилок іншого одноклассника?», «Якщо Ви бачите, що викладач нервує, то стараєтесь не погіршувати ситуацію?» другого блоку анкети дали такі результати.

На низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні було діагностовано 4 особи, що складає 13,3% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 9 осіб, що складає 30% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 13 осіб, що

складає 43,4% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 4 особи, що складає 13,3% від загальної кількості респондентів.

Рівень прояву рефлексії, пов'язаного з емпатією, було діагностовано завдяки відповідям майбутніх психологів третього курсу на такі запитання, як: «Після спілкування з одногрупниками Ви замислюєтеся, чи не образили когось ненароком?»; «Чи розумієте Ви, як ваш настрій може передаватися одногрупникам?»; «Чи аналізуєте, чому відчули саме такі емоції під час спілкування з одногрупниками або викладачем?»; «Після образи одногрупника, Ви розмірковуєте, як це сталося і що варто змінити у Вашій поведінці?»; «Чи аналізуєте Ви, як Ваші почуття пов'язані з реакціями інших людей?». На низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні було діагностовано 6 осіб, що складає 13,3% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 9 осіб, що складає 30% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 9 осіб, що складає 30% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 6 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів.

Для більшої наочності було побудовано діаграму результатів анкетування прояву емпатії у майбутніх психологів, див. рисунок 1.1.

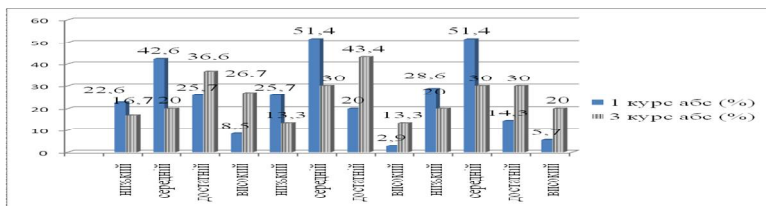


Рис. 1.1. Результати анкетування прояву емпатії у майбутніх психологів першого та третього курсів.

Як бачимо з рисунку 1.1, результати анкетування дали можливість встановити, що існує відмінність між проявом емпатії у майбутніх психологів на першому та третьому курсах. Так, на низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні серед респондентів, відповідно до вибірки першого курсу, було на 5,9% більше порівняно з третім роком навчання. На середньому рівні – на першому курсі більше на 22,6% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На достатньому рівні – на першому курсі менше на 10,9 % порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На високому рівні – на першому курсі менше на 18,2% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів.

Такі результати дали можливість дійти висновків, що майбутні психологи-першокурсники, на відміну від третього курсу, лише починають знайомитися з базовими поняттями психології, ще не

мають навичок самоспостереження та активного слухання. Їхнє спілкування часто інтуїтивне, емоційне, поверхнєве. Вони прагнуть висловлюватися, доводити власну думку, домінувати у спілкуванні. Теми для спілкування більш побутові, зосереджені на соціалізації у новому середовищі. Навпаки, четвертокурсники спілкуються частіше в межах майбутньої професійної діяльності – обговорюють клієнтів, кейси, методи, етичні питання. При цьому, вони більш емоційно зрілі, спокійні, порівняно з першокурсниками. Майбутні психологи третього курсу вже здатні аналізувати власну поведінку та реакції інших, більше орієнтовані на співрозмовника та повагу до його позиції, уміють підтримувати конструктивний діалог та робити висновки для самовдосконалення.

У рівнях прояву емпатії в навчанні також визначено відмінності між майбутніми психологами перших і третіх курсів. На низькому рівні – на першому курсі більше на 12,4% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На середньому рівні – на першому курсі більше на 21,4% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На достатньому рівні – на першому курсі менше на 23,4% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На високому рівні – на першому курсі менше на 10,4% порівняно з четвертим, відповідно до вибірки респондентів.

Така різниця прояву емпатії в навчанні між студентами першого і третього курсів пояснюється тим, що у першокурсників домінують зовнішні мотиви: бажання отримати диплом, схвалення викладачів, визнання у групі, бажання отримати позитивні оцінки. У них, як зазвичай, навчання сприймається як продовження шкільного процесу. Інтерес до психології існує, але має загальний, емоційний характер (цікавість до людей, бажання допомагати іншим). У здобувачів третього курсу вже є досвід практики. Вони глибше розуміють специфіку майбутньої професійної діяльності. У них, на відміну від першокурсників, домінують внутрішні мотиви: прагнення до саморозвитку, професійного вдосконалення, набуття реальних умінь психологічної допомоги та самореалізації.

У рівнях прояву рефлексії в емпатії констатовано також різницю між майбутніми психологами перших і третіх курсів. Низький рівень – на першому курсі більше на 8,6% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Середній рівень – на першому курсі більше на 21,4% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Достатній рівень – на першому курсі менше на 15,7% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Високий рівень – на першому курсі менше на 14,3% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Такі результати пояснюються тим, що майбутні психологи першого курсу, на відміну від третього, перебувають на етапі становлення професійної свідомості. Їхнє

уміння рефлексувати має переважно ситуативний і поверхневий характер – вони усвідомлюють свої дії та емоції лише після подій, часто емоційно, без глибокого аналізу.

Рефлексія здебільшого спрямована на власні переживання, самооцінку та адаптацію до нового навчального середовища. В них бракує уміння об'єктивно аналізувати власну поведінку та розуміти мотиви інших. Майбутні психологи третього курсу, на відміну від першокурсників, вже здебільшого здатні аналізувати власні думки, почуття, мотиви, поведінку, а також процеси взаємодії з тими, хто оточує. У них простежуються уміння оцінювати ефективність власних дій у спілкуванні, консультуванні, діагностиці, а також здатність до самоконтролю, критичного мислення, усвідомлення власних сильних і слабких сторін.

Результати анкетування прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності подано в таблиці 1.3.

Таблиця 1.3.
Результати анкетування прояву емпатії у майбутніх фахівців
правоохоронної діяльності

№	Діагностувальний блок Рівні емпатії		Навчальні курси	
			1 абс (%)	3 абс (%)
1	Рівень прояву емпатії в спілкуванні	низький	11 (31,4)	6 (20)
		середній	18 (51,4)	16 (53,3)
		достатній	5 (14,3)	7 (23,3)
		високий	1 (2,9)	1 (3,4)
2	Рівень прояву емпатії в навчанні	низький	10 (28,6)	7 (23,3)
		середній	17 (48,6)	9 (30)
		достатній	5 (14,3)	8 (26,7)
		високий	3 (8,5)	6 (20)
3	Рівень прояву рефлексії в емпатії	низький	12 (34,3)	5 (16,6)
		середній	19 (54,3)	11 (36,7)
		достатній	2 (5,7)	6 (20)
		високий	2 (5,7)	8 (26,7)

Як бачимо з таблиці 2.2, рівень прояву емпатії в спілкуванні серед майбутніх фахівців правоохоронної діяльності першого курсу констатовано на низькому рівні 11 осіб, що складає 31,4 % від загальної кількості респондентів. На середньому рівні – 18 осіб, що складає 51,4% від загальної кількості респондентів. На достатньому рівні – 5 осіб, що складає 14,3% від загальної кількості респондентів.

На високому рівні – 1 особу, що складає 2,9% від загальної кількості респондентів.

На запитання другого блоку, що пов'язані з навчанням майбутніх фахівців правоохоронної діяльності першого курсу та рівнем їхньої емпатії, констатовано такі результати: на низькому рівні прояву емпатії в навчанні – 10 осіб, що складає 28,6% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 17 осіб, що складає 48,6% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 5 осіб, що складає 14,3% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 3 особи, що складає 8,5% від загальної кількості респондентів.

Результати анкетування майбутніх фахівців правоохоронної діяльності першого курсу за рівнем прояву рефлексії, пов'язаним з емпатією, свідчать, що на низькому рівні було діагностовано 12 осіб, що складає 34,3% від загальної кількості респондентів. На середньому рівні – 19 осіб, що складає 51,4% від загальної кількості респондентів. На достатньому та високому рівнях було діагностовано рівну кількість респондентів – по 2 особи, що складає 5,7%.

Згідно з відповідями майбутніх фахівців правоохоронної діяльності третього курсу під час анкетування на запитання отримано наступні дані, що подано в таблиці 1.3. Так, на низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні було діагностовано 6 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 16 осіб, що складає 53,3% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 7 осіб, що складає 23,3% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 81 особа, що складає 3,4% від загальної кількості респондентів.

Відповіді майбутніх фахівців правоохоронної діяльності третього курсу другого блоку анкети дали такі результати. На низькому рівні прояву емпатії у спілкуванні було діагностовано 7 осіб, що складає 23,3% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 9 осіб, що складає 30% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 8 осіб, що складає 26,7% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 6 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів.

Прояв рефлексії було діагностовано завдяки відповідям майбутніх фахівців правоохоронної діяльності третього курсу. На низькому рівні було діагностовано 5 осіб, що складає 16,6% від загальної кількості респондентів; на середньому рівні – 11 осіб, що складає 36,7% від загальної кількості респондентів; на достатньому рівні – 6 осіб, що складає 20% від загальної кількості респондентів; на високому рівні – 68 осіб, що складає 26,7% від загальної кількості респондентів.

Для більшої наочності було побудовано діаграму результатів анкетування прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності (див. рис. 1.2).

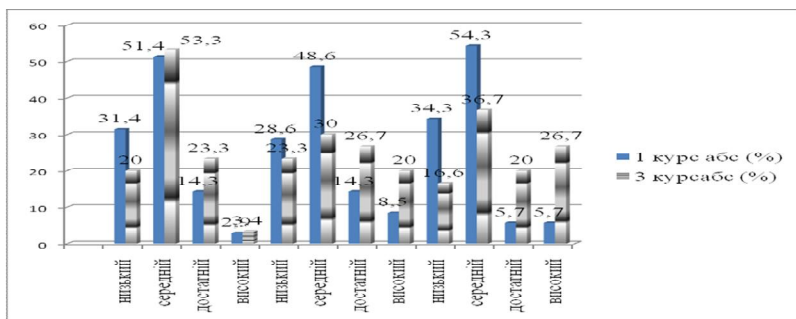


Рис. 1.2. Результати анкетування прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності перших і третіх курсів

Як бачимо з рисунку 1.2, результати анкетування надали можливість встановити, що існує відмінність між проявом емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності на першому та третьому курсах. Так, на низькому рівні прояв емпатії у спілкуванні серед респондентів, відповідно до вибірки першого курсу, було діагностовано на 11,4% більше порівняно з третім. На середньому рівні – на першому курсі менше на 1,9% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На достатньому рівні – на першому курсі менше на 9% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На високому рівні – на першому курсі менше на 0,5% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів.

Такі дані дали можливість встановити, що відмінності у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності полягають у різниці між рівнями культури спілкування та професійно-комунікативної компетентності зокрема. Так, у здобувачів першого курсу знання з психології спілкування та правових норм ще поверхові; вони не завжди розуміють, як застосовувати їх у реальних ситуаціях.

У них часто домінує неформальне, емоційне спілкування, жаргон, спираючись на вікові особливості. У майбутніх фахівців правоохоронної діяльності третього курсу вже формується офіційно-діловий стиль мовлення, який проявляється у правильному використанні юридичних термінів, культура мовлення наближається до стандартів правоохоронних органів. Вони вже вміють контролювати емоції, дотримуються службової дистанції, розуміють межу між особистим і професійним спілкуванням. Намагаються правильно реагувати на агресію чи стресові ситуації тощо.

У рівнях прояву емпатії в навчанні також визначено відмінності між майбутніми фахівцями правоохоронної діяльності перших і третіх курсів. На низькому рівні – на першому курсі більше на 5,3% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На середньому рівні – на першому курсі більше на 18,6% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів.

На достатньому рівні – на першому курсі менше на 12,4% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. На високому рівні – на першому курсі менше на 11,5% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Такі результати свідчать, що відбувається перехід від зовнішньої мотивації («треба», «цікаво спробувати», «отримати диплом» та ін.), яка притаманна майбутнім фахівцям правоохоронної діяльності першого курсу, до внутрішньої професійної («намагаюся стати компетентним фахівцем»), що притаманне вже третьокурсникам. У майбутніх фахівців правоохоронної діяльності на першому курсі простежується ідеалізоване уявлення про професію, що засноване на кіно, стереотипах, чужому досвіді. Їхня активність під час навчання залежить від зацікавленості викладачем або конкретною темою. На відміну від них, у третьокурсників вже формується реалістичне розуміння вимог, обов'язків, ризиків, що пов'язані із самореалізацією в майбутній професії. Під час навчання вони прагнуть глибше зрозуміти навчальний матеріал, шукають зв'язок між теорією та практикою.

У рівнях прояву рефлексії в емпатії констатовано також різницю між майбутніми фахівцями правоохоронної діяльності першого і третього курсів. Низький рівень – на першому курсі більше на 17,7% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Середній рівень – на першому курсі більше на 17,6% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Достатній рівень – на першому курсі менше на 14,3% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів. Високий рівень – на першому курсі менше на 21% порівняно з третім, відповідно до вибірки респондентів.

Загальна відмінність у розвитку рефлексії полягає в тому, що на першому курсі майбутні фахівці правоохоронної діяльності лише починають формувати професійну свідомість і навички самоаналізу. Їхня рефлексія переважно стосується особистих переживань («чи впораюся?», «чи подобається мені спеціальність?» і т. ін.), нові знання сприймаються як даність. Вони схильні покладатися на викладача. На третьому курсі рефлексія набуває професійного характеру – студенти вміють оцінювати власні знання, дії, моральні рішення з погляду правових норм, етики юриста, логіки судження та ін. Вони здатні аналізувати різні точки зору, ставити запитання, критично оцінювати правові ситуації.

Результати анкетування середніх показників за рівнями прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психологів подано в таблиці 1.4.

Таблиці 1.4.

Середні показники анкетування за рівнями прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психологів

№	Респонденти		Навчальні курси	
			1 абс (%)	Забс (%)
1	Майбутні психологи	низький	9 (25,7)	5 (16,7)
		середній	17 (48,6)	8 (26,7)
		достатній	7 (20)	11(36,6)
		високий	2 (5,7)	6 (20)
2	Майбутні фахівці правоохоронної діяльності	низький	11 (31,5)	6 (20)
		середній	18 (51,4)	12 (40)
		достатній	4 (11,4)	7 (23,3)
		високий	2 (5,7)	5 (16,7)

Як бачимо з таблиці 1.4, середні показники анкетування за рівнями прояву емпатії відрізняються не тільки за факультетами, а й за курсами. Так, відповідно до курсів за обраним факультетом, одержано такі дані: низький рівень прояву емпатії у майбутніх психологів на першому курсі було діагностовано більше на 9% порівняно з третім, від загальної кількості респондентів; середній рівень – на 21,9% більше на першому курсі, ніж третьому; достатній рівень – на 16,6% більше на третьому, порівняно з першим; високий рівень – більше на 14,3% було констатовано у респондентів третього курсу порівняно з першим.

Результати, що отримані під час анкетування майбутніх фахівців правоохоронної діяльності, такі: низький рівень прояву емпатії було засвідчено на 11,5% більше у респондентів першого курсу порівняно з третім; середній рівень – на 11,4% більше у респондентів першого курсу порівняно з третім; достатній рівень – на 11,9% більше у респондентів третього курсу порівняно з першим; високий рівень – на 11% більше у респондентів третього курсу порівняно з першим. Такі дані дали можливість стверджувати, що респонденти перших курсів перебувають на етапі адаптації до нового середовища, тому взаємодія в педагогічному процесі має переважно емоційний, спонтанний характер. Вони легко співпереживають одногрупникам, але ще не завжди вміють глибоко розуміти причини й мотиви чужих почуттів. Прояв емпатії на цьому етапі професійного становлення зазвичай є нестійким, що пов'язано із потребою бути прийнятим в

академічній групі. Натомість у майбутніх фахівців старших курсів рівні прояву емпатії вже набувають когнітивного характеру – здатності не лише відчувати, а й розуміти емоційні стани інших людей. Розвинені схильність до спілкування, професійна мотивація та рефлексія дозволяють майбутнім фахівцям зберігати емоційну рівновагу й будувати більш конструктивні стосунки у спілкуванні та під час навчання.

Результати середніх показників анкетування за рівнями прояву емпатії у майбутніх фахівців перших курсів за відповідними факультетами є такими: низький рівень було констатовано на 5,8% більше у респондентів з правоохоронної діяльності порівняно з психологами; середній рівень – на 2,8% більше у респондентів з правоохоронної діяльності порівняно з психологами; достатній рівень – на 8,6% більше у респондентів з психології порівняно з правоохоронною діяльністю. Високий рівень прояву емпатії у майбутніх фахівців засвідчила однакова кількість респондентів, що складало 5,7% від загальної кількості, які прийняли участь в емпіричному дослідженні.

Такі дані дали можливість встановити, що ця відмінність полягає в такому: по-перше, першокурсники головним чином намагаються адаптуватися до умов вищої школи та специфіки майбутньої професійної діяльності; по-друге, навчальна діяльність майбутніх фахівців правоохоронної діяльності орієнтована переважно на дисципліну, правові норми, самоконтроль, дотримання інструкцій. Для них важливо вміти контролювати емоції, діяти раціонально та зберігати професійну дистанцію. Майбутні психологи, навпаки, часто демонструють підвищену або високу емпатійність – вони схильні до співпереживання, цікавляться внутрішнім світом інших людей, мають розвинену чутливість до емоційних станів. Їм потрібно усвідомити, що майбутня професія вимагає здатності розуміти, відчувати і приймати іншу людину.

Середні показники анкетування за рівнями прояву емпатії у майбутніх фахівців старших курсів за відповідними факультетами дали наступні результати: низький рівень було засвідчено на 3,3% більше у респондентів із правоохоронної діяльності порівняно із психологами; середній і достатній рівні – на 13,3% більше у респондентів-психологів порівняно з правоохоронною діяльністю; високий рівень – на 3,3% більше у респондентів-психологів порівняно з правоохоронною діяльністю. Такі дані свідчать, що порівняно із психологами майбутні фахівці правоохоронної діяльності розуміють та усвідомлюють, що емоції в них повинні виявлятися помірно або стримано, взаємодія з людьми виявляється через допомогу, захист, підтримку порядку, але без надмірної емоційності. Вони знають, що майбутня професійна діяльність

пов'язана з умовами стресу, агресією та конфліктами, тому надмірна емпатійність може заважати її ефективності. У психологів, навпаки, взаємодія з людьми відбувається за допомогою активного слухання, підтримки, вербального та невербального спілкування та емоційної чутливості. Майбутня професійна діяльність пов'язана з допомогою, розумінням, корекцією та розвитком людини.

Останнім кроком обробки результатів анкетування була систематизація відповідей за рівнями прояву емпатії майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психологів, яка подана в таблиці 1.5.

Таблиця 1.5.
Рівні прояву емпатії майбутніх фахівців за фахом

№	Майбутні фахівці	Рівні емпатії			
		Низький абс (%)	Середній абс (%)	Достатній абс (%)	Високий абс (%)
1	Психологія	14 (21,5)	25 (38,5)	18 (27,7)	8 (12,3)
2	Правоохоронна діяльність	17 (26,2)	30 (46,1)	11(16,9)	7 (10,8)
Всього респондентів		31 (23,9)	55 (42,3)	29 (22,3)	15 (11,5)

Як бачимо з таблиці 1.5, майбутніх фахівців із психології було констатовано на низькому рівні 14 осіб, що складало 21,5% від загальної кількості респондентів, які взяли участь в емпіричному дослідженні першого та третього курсів. Середній рівень було діагностовано у 25 осіб, що склало 38,5% від загальної кількості респондентів. На достатньому рівні – 18 осіб, що склало 27,7% від загальної кількості респондентів. На високому рівні – 8 осіб, що склало 12,3% від загальної кількості респондентів.

Майбутніх фахівців правоохоронної діяльності на низькому рівні – 17 осіб, що складало 26,2% від загальної кількості респондентів, які взяли участь в емпіричному дослідженні першого та третього курсів. На середньому рівні – 30 осіб, що склало 46,1% від загальної кількості респондентів. На достатньому рівні – 11 осіб, що склало 16,9% від загальної кількості респондентів. На високому рівні – 7 осіб, що склало 10,8% від загальної кількості респондентів першого та третього курсів.

Всього респондентів було констатовано на низькому рівні – 31 особа, що складало 23,9% від загальної кількості респондентів, які взяли участь в емпіричному дослідженні емпатії майбутніх фахівців двох спеціальностей. Такі респонденти демонструють: слабе реагування на почуття, проблеми чи страждання інших людей;

труднощі у розумінні невербальних сигналів (міміки, тону голосу, жестів). Вони зосереджені на власних думках і переживаннях, не бажають враховувати позицію одногрупників та не вміють ділитися почуттями. Намагаються уникати глибоких емоційних контактів і мають проблеми у командній роботі та виконанні навчальних завдань у парах та ін.

Середній рівень було визначено у 55 осіб, що складає 42,3% від загальної кількості, яка взяла участь в емпіричному дослідженні емпатії майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології. Такі респонденти зазвичай мають труднощі у розумінні та сприйнятті емоційного стану одногрупників та викладачів. Їм складно співпереживати, виявляти чутливість до почуттів оточення та встановлювати довірливі міжособистісні стосунки. До основних особливостей здобувачів вищої освіти на цьому рівні відносять: слабе реагування на переживання інших, вони іноді здаються байдужими або надто раціональними; їм важко поставити себе на місце одногрупників. З іншого боку, вони переважно зосереджені на власних потребах, інтересах і емоціях, що ускладнює побудову гармонійних міжособистісних стосунків; також потребують розвитку емоційної чутливості, навичок активного слухання та усвідомлення власних і чужих емоцій через спеціальні психологічні тренінги або рефлексивні вправи.

Достатній рівень було діагностовано у 29 осіб, що складає 22,3% від загальної кількості, яка взяла участь в емпіричному дослідженні емпатії майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології. Такі респонденти здатні розуміти емоційний стан одногрупників та викладачів, проте ця здатність проявляється не завжди стабільно й залежить від ситуації, настрою чи власного досвіду. Такі здобувачі вищої освіти вміють співпереживати, але вони не завжди глибоко відчують стан співрозмовника. Вони намагаються зрозуміти інших одногрупників та викладачів, зберігаючи при цьому власну емоційну стабільність. Легко вступають в контакт, але не завжди помічають тонкі емоційні зміни у поведінці інших та ін.

Високий рівень емпатії майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології було діагностовано у 15 осіб, що складає 11,5% від загальної кількості, яка взяла участь в емпіричному дослідженні. З таким рівнем емпатії майбутні фахівці проявляють високу чутливість до настроїв, переживань і потреб інших, що дозволяє їм легко встановлювати контакт, підтримувати доброзичливі міжособистісні стосунки й уникати конфліктів. Їм притаманні: здатність тонко відчувати зміни в емоційному стані як одногрупників, так і викладачів, навіть без прямих вербальних сигналів; схильність допомагати, підтримувати, виявляти доброзичливість і милосердя; уміння бачити ситуацію очима

співрозмовника, враховувати його думку, почуття та потреби; здатність усвідомлювати власні емоційні реакції та регулювати їх задля ефективної взаємодії як у навчальному процесі, так і за його межами.

Для більшої наочності побудована діаграма рівнів прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології, що подано на рисунку 1.3.



Рис. 1.3. Рівні прояву емпатії у майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології

Як бачимо з рисунку 1.3, на низькому та середньому рівнях прояву емпатії було діагностовано більше майбутніх фахівців правоохоронної діяльності, відповідно на 4,7% і 7,6% порівняно з психологами. На достатньому та високому рівнях навпаки – більше на 10,8% і 1,5% відповідно майбутніх психологів порівняно з фахівцями правоохоронної діяльності. Рівень прояву емпатії майбутніх фахівців, які прийняли участь в емпіричному дослідженні, подано на рисунку 1.4.

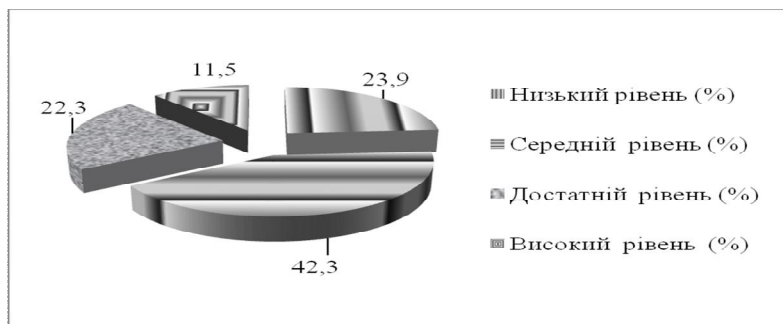


Рис. 1.4. Рівень прояву емпатії майбутніх фахівців

Як бачимо з рисунку 1.4, рівні прояву емпатії за високим і достатнім рівнями складають 33,8% від загальної кількості респондентів двох спеціальностей, які взяли участь в емпіричному дослідженні, що на 66,2% менше порівняно із сумою низького та середнього рівнів. Одержані результати дали можливість зазначити, що на розвиток емпатії у майбутніх фахівців впливає багато чинників, серед яких є: відсутність високого рівня емпатії у викладачів, яким властивий авторитарний стиль навчання; низька самооцінка або невпевненість у собі; проблеми під час спілкування в педагогічному процесі; відсутність навичок саморегуляції; стресові умови під час проходження практики та ін.

Резюмуючи, доходимо висновку, що дана анкета допомагає оцінити особистісний розвиток майбутніх фахівців, а також сприяє визначенню напрямків для подальшої роботи в межах діагностичної та корекційної діяльності. Зважаючи на те, що вона не є стандартизованою, виникає необхідність у використанні діагностувального інструментарію для більш глибокого вивчення предмету дослідження.

Останнім кроком було вирішення питання: «Чи однаковим за курсами є рівень прояву емпатії майбутніх психологів за такими альтернативами, як: ніколи; іноді; часто; майже завжди; завжди?». Отримані відповіді респондентів, що взяли участь в емпіричному дослідженні на констатувальному етапі, було занесено в таблицю.

№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5	№ 6
Альтернативи	f_{ε}	f_m	$(f_{\varepsilon}-f_m)$	$(f_{\varepsilon}-f_m)^2$	$(f_{\varepsilon}-f_m)^2/f_m$
Ніколи 1	7	13	-6	36	2,77
Іноді 2	23	13	+10	100	7,69
Часто 3	14	13	+1	1	0,08
Майже завжди 4	9	13	-4	16	1,23
Завжди 5	12	13	-1	1	0,08
Сума	65	65	0		$\chi_{емп}^2 = 11,85$

Для розрахунку даних було використано багатофункціональний критерій χ^2 -квадрат за формулою:

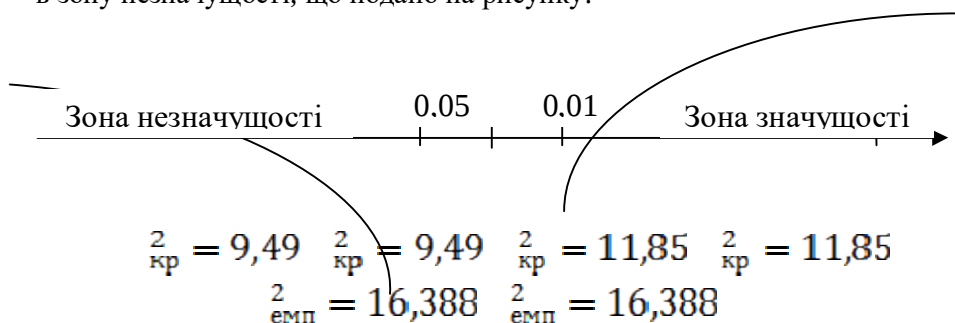
$$\chi^2_{\text{емп}} = \sum_{i=1}^k \frac{(f_{\text{е}} - f_{\text{т}})^2}{f_{\text{т}}} \quad \chi^2_{\text{емп}} = \sum_{i=1}^k \frac{(f_{\text{е}} - f_{\text{т}})^2}{f_{\text{т}}}, \quad \text{де}$$

$f_{\text{е}}$ – емпірична частота, $f_{\text{т}}$ – теоретична частота, k – кількість розрядів ознаки. Після використання зазначеної формули отримано $\chi^2_{\text{емп}} = 11,85$. Число ступенів свободи дорівнює

4. Відповідно до табличних даних [28]

$$\chi^2_{\text{кр}} = \{9,49 \text{ для } P \leq 0,05 \quad 13,28 \text{ для } P \leq 0,01\}$$

Відтак, отримана емпірична величина критерію χ^2 -квадрат попала в зону незначущості, що подано на рисунку:



Як бачимо з рисунку, величина $\chi^2_{\text{емп}}$ попала в зону невизначеності. Можна вважати, що отримані відмінності значимі на рівні 5% та прийняти гіпотезу H_1 про відмінності теоретичного та практичного розподілу. У зв'язку з цим можемо припустити, що на 5% рівні значимості вибір альтернатив респондентами нерівно ймовірний. Таким чином, вважаємо, що емпіричний розподіл вибору альтернатив значно відрізняється від теоретичного припущення рівномірного розподілу альтернатив. Зауважимо, що аналогічна робота було проведена серед майбутніх фахівців правоохоронної діяльності. Такі висновки сприяють подальшому проведенню емпіричного дослідження, добору відповідного психодіагностичного інструментарію.

Висновки. Проведений аналіз наукового фонду психолого-педагогічних досліджень дав змогу визначити, що питання професійного становлення, професійної самореалізації та самоактуалізації майбутніх фахівців активно впливає на розвиток у них емоційної зрілості. Розглядаючи сутність зазначено феномену, було проаналізовано погляди вчених на його сенсові наповнення та різновиди.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури дав можливість встановити, що науковці тлумачать емоційну зрілість як: 1) інтегративне явище суто емоційного порядку; 2) певний рівень емоційного розвитку людини; 3) якість особистості, що характеризує адекватність емоційного реагування.

Резюмуючи результати теоретичного аналізу структури емоційної зрілості, наголошено, що до її компонентів доцільно відносити: емоційну експресивність, емоційну саморегуляцію та емпатію.

Проаналізувавши наукові джерела із різних галузей наук, було встановлено, що феномен «емпатія» вченими трактується по-різному, а саме як: важливий чинник морального розвитку особистості; вища психічна функція, яка опосередкована високою особистісною зрілістю суб'єкта, психічний процес (спрямований на моделювання внутрішнього світу переживань іншої людини), психічна реакція у відповідь на стимул, властивість або здатність особистості (уміння давати опосередкований емоційний відгук на переживання іншого); складний психічний процес, який здатний емоційно проникати у внутрішній світ об'єкта, щоб проинятися його душевними переживаннями як власними, зберігаючи свою лінію поведінки, та відобразити після усвідомлення його стану своє емоційно-забарвлене ставлення, відповідно до власних домінуючих моральних установок.

Систематизація наукового пошуку за предметом дослідження сприяла формулюванню твердження, що професійне становлення майбутніх фахівців повинно сприяти розвитку емпатії як особистісної потреби, яка взаємопов'язана з комунікативними здібностями, мотивацією в навчанні та рефлексією.

З метою вивчення психологічних особливостей емпатії як складової емоційної зрілості майбутніх фахівців було здійснено констатувальний етап дослідження. Для отримання об'єктивної інформації щодо психологічних особливостей емпатії було здійснено анкетування майбутніх фахівців правоохоронної діяльності та психології.

Для визначення достовірності збігів і відмінностей експериментальних даних було використано критерій χ^2 -квадрат. Результати обчислення показали, що емпіричний розподіл вибору альтернатив значно відрізняється від теоретичного припущення рівномірного розподілу альтернатив. Це дозволило стверджувати про необхідність подальшого використання психодіагностичного інструментарію під час дослідження емпатії як компонента емоційної зрілості майбутніх фахівців, а також інших її компонентів.

До перспективних напрямів наукового пошуку відносимо розробку та проведення анкетування за іншими компонентами

емоційної зрілості, підбір відповідного психодіагностичного інструментарію, а також розробку навчально-методичних рекомендацій розвитку емоційної зрілості майбутніх фахівців в умовах закладу вищої освіти.

Література:

1. Алпатова О. В. Психологічний аналіз регулятивної функції емпатії педагога у процесі керування учінням молодших школярів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Київ, 2002. 20 с.

2. Баранова С. В. Особистісна зрілість та відповідальність : соціально-психологічний аспект : монографія. Київ : Інтерконтиненталь – Україна, 2020. 364 с.

3. Бех І. Д. Виховання особистості у 2-х кн. Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: наук. видання: Либідь, 2003. 280 с.

4. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 194 с.

5. Вікова та педагогічна психологія: навч. посібник [електронне видання]: Дніпро: Середняк Т. К., 2021. 162 с.

6. Гурін Р. С. Психологічна культура як чинник професійного становлення майбутніх учителів. Педагогіка ХХІ століття: сучасний стан та тенденції розвитку: колективна монографія: у 2 ч. Ч. 2 / Відп. за випуск О. Є. Карпенко. Львів-Торунь: Ліга-Прес, 2021. С. 701-735.

7. Гурін Р. С., Герашченко О. С. Роль емпатії в педагогічній взаємодії «викладач – здобувач вищої освіти». Сучасна психологія: виклики та перспективи: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 10 жовтня 2025 р.). Одеса, 2025.

8. Журавльова Л. П. Психологія емпатії: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.

9. Закон України «Про вищу освіту»: № 1556-VII. 01.07.2014. URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.

10. Заміщак М. І. Психологічні особливості формування емпатії в майбутніх педагогів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». Випуск 1. 2023. С. 62-66.

11. Кайріс О. Д. Розвиток емпатії у професійному становленні студентів вищих педагогічних навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Київ, 2002. 20 с.

12. Калюжна Є. М. Теоретико-методологічні проблеми психології: навчальний посібник. Київ: ІПК ДСЗУ, 2019. 136 с.

13. Колобич О. П. Загальна психологія: навчально-методичний посібник. Львів, 2018. 172 с.

14. Кротенко В. І. Психологічні особливості емпатії підлітків: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Київ, 2001. 22 с.

15. Кузнецова І. В. Педагогічні умови формування емпатійної культури студентів вищих медичних навчальних закладів: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 13.00.04. Харків, 2005. 23 с.

16. Кузьмін С., Петровська І. Природа та процесуальність емпатії. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. 2018. Вип. 2. С. 64-72.

17. Купчишина В. Ч. Дослідження емоційної зрілості особистості : теоретичний аналіз. *Педагогічна та вікова психологія*. Том 36 (75). № 2. 2025. С. 17-22.

18. Маєр Ю. В. Ообливості взаємозв'язку рівня розвитку емпатії та власного рольового кола сучасної жінки. *Психологія особистості*. Габітус. Випуск 41. 2022. С. 155-160.

19. Москаленко О. В. До проблеми дослідження психологічної зрілості особистості. *Журнал «Науковий огляд»*. 2021. № 4 (76). С. 1-14.

20. Ніколаєв Л. О., Харченко С. Д. Емоційна зрілість як детермінанта соціальної успішності особистості. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка». Серія «Психологія». Серія «Медицина»*. 2023. № 14 (23). С. 724-735.

21. Орищенко О. А. Диференційно-психологічний аналіз емпатії : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01. Одеса. 2004. 20 с.

22. Основи науково-дослідної роботи : навч. посібник / Ю. І. Палеха, Н. О. Леміш. К. : Видавництво Ліра-К, 2013. 336 с.

23. Осьодло В. І. Методика діагностики професійної мотивації. *Вісник Національної академії оборони: зб. наукових праць*. 2007. № 2 (4). С. 142-151.

24. Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості в підлітковому та юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Одеса, 2005. 20 с.

25. Перелигіна Л. А., Назаров О. О., Приходько Ю. О., Світлична Н. О. Структурні показники психологічного здоров'я особистості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2011. Вип. 10. С. 79-86.

26. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. / В. П. Пісоцький, А. М. Горянська. 2023. 232 с.

27. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник [текст] / [уклад. : М. В. Лемак, В. Ю. Петрище]. Вид. 2-ге, виправ. Ужгород : Видавництво Олександри Гаргуші, 2012. 616 с.

28. Руденко В. М. Математична статистика : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2012. 304 с.

29. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навчальний посібник. К. : Акадсмидав., 2005. 360 с.

30. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія : навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

31. Стандарти і рекомендації щодо забезпечення якості в Європейському просторі вищої освіти (ESG). К. : ТОВ «ЦС», 2015. 32 с.

32. Токарева Н. М. Основи вікової психології : навчально-методичний посібник / Н. М. Токарева, А. В. Шамне. Кривий Ріг, 2013. 283 с.

33. Цифрова епоха : міждисциплінарний дискурс : монографія / [А. А. Гедзик, Т. В. Ковальова, О. Ю. Коцорба та ін.]; Аналіт. центр сучас. гуманітаристики. Харків : Право, 2024. 214 с.

34. DOI: <https://doi.org/10.31359/9786178518141>.

35. Чебікін О. Я., Павлова І. Г. Становлення емоційної зрілості особистості. Одеса : СВД Черкасов, 2009. 238 с.

36. Чуйко О. В. Особистісне становлення суб'єктів професійної діяльності у соціономічних професіях : монографія. К. : АДЕФ-Україна, 2018. 280 с.

37. Юдіна О. М. Психологічні особливості формування емпатійності майбутніх лікарів : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01. Київ, 2004. 20 с.
38. Elliott R., Bohart A. C., Watson J. C., & Murphy D. (2018). Therapist empathy and client outcome : An updated meta-analysis. *Psychotherapy*, 55(4), 399-410. <https://doi.org/10.1037/pst0000175>
39. Hall, J. A., and Schwartz, R. (2019). Empathy present and future. *Soc. Psychol.* 159, 225-243. <https://doi.org/10.1080/00224545.2018.1477442>
40. Luis E. O, Martínez M, Akriou K, Scalzo G, Aoiz M. and Orón Semper J. V. The role of empathy in shared intentionality: Contributions from Inter-Processual Self theory. *Psychol.* 2023. 14:1079950. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1079950>

DOI: <https://doi.org/10.32837/11300.32846>

Лісовенко А. Ф.

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології

НУ «Одеська юридична академія»

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1794-270X>

2.3. Ідентичність особистості в цифрову еру: когнітивно-поведінкова терапія осіб, котрі мають психологічні проблеми в сфері цифрової ідентичності

У розділі монографії представлено комплексний аналіз трансформації особистості в цифровому середовищі, де ідентичність розглядається як багатокомпонентний конструкт, що охоплює реальне, презентоване та оціночне «Я». Дослідження виявляє, що перехід від самопізнання до «самодизайну» та феномен онлайн-дезінбіції породжують ризики екзистенційної неавтентичності. Емпірично доведено деструктивний вплив кіберзалежності та ідеалізації віртуального образу на самоприйняття й автономію молоді, водночас визначено ресурсний потенціал конструктивних мережових субкультур для формування життєвих цілей. Через синтез особистісних факторів Р. Кеттела, виокремлено «залежний» та «компенсаторний» типи цифрової дезадаптації, де віртуальна активність слугує механізмом уникнення емоційного дискомфорту або надкомпенсації глибинних ірраціональних установок та схем дефективності і сорому. Практичним результатом роботи є авторська програма тренінгу, що поєднує інструменти КПТ та схема-терапії для зміцнення емоційної стабільності, вольової регуляції та активізації режиму Здорового Дорослого. Наукова новизна полягає у вперше здійсненому цілісному поєднанні класичних теорій ідентичності з сучасними когнітивно-поведінковими метриками задля збереження автентичності особистості в алгоритмізованому світі.

Ключові слова: цифрова ідентичність, кіберзалежність, віртуальний образ, психологічне благополуччя, автентичність, ірраціональні установки,