

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ



**ОСОБИСТІТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО  
В ЦИФРОВУ ЕРУ:  
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР**

МАТЕРІАЛИ IV МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

21 червня 2024 року

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

**Факультет психології, політології та соціології  
Кафедра психології**

*IV МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ*

**«ОСОБИСТІТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО В  
ЦИФРОВУ ЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР»**

*21 червня 2024 року*

*Одеса – 2024*

УДК 159.923.2(063)

**Редакційна колегія:**

**Відповідальний редактор** – **Аракелян М.Р.**, доктор юридичних наук, професор, проректор з наукової роботи Національного університету «Одеська юридична академія», заслужений юрист України.

**Члени редколегії:**

**Цільмак О.М.** – доктор юридичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**Ульянов В.О.** – доктор медичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**Татьянчиков А.О.** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**Лісовенко А.Ф.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

**Таїматов В.А.** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія».

*Матеріали представлені в авторській редакції. Редакційна колегія не несе відповідальності за їх зміст.*

**Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір** : матеріали IV міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21 червня 2024 року) / за заг. ред. проф. Аракеляна М.Р. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2024. 217 с.

УДК 159.923.2(063)

<i>Ташилатов В.А., Маруцак А.П.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОПИТУ НЕПОВНОЛІТНІХ.	183
<i>Третьякова Т.М., Івашико С.О.</i> , СКЛАДОВІ ОСОБИСТІСНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	187
<i>Цільмак О.М.</i> ПРАКТИЧНЕ НАВЧАННЯ – ЗАПОРУКА СФОРМОВАНOSTІ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПРОФЕСІОНАЛА.	192
<i>Чепурна О.Є.</i> ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО РОБОТИ В КОМАНДІ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ЗВО.	197
<i>Черниш М.Д.</i> БАР'ЄРИ СПІЛКУВАННЯ В ЕПОХУ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	201
<i>Шшико В.С.</i> ПРОБЛЕМНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ З ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ.	205
<i>Шмаленко Ю.І.</i> ЕФЕКТИВНІ КОМУНІКАТИВНІ СТРАТЕГІЇ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ.	208
<i>Яцюк М.В., Халаман А.О.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ.	213

**Ключові слова:** врегулювання конфлікту, ефективна комунікація, ефективні комунікаційні стратегії.

**Key words:** resolving conflict, effective communication, effective communication strategies.

***Яцюк Марія Валеріївна***

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології*

*КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»,*

***Халаман Алевтина Олександрівна***

*здобувачка другого (магістерського) рівня*

*КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ

З початком повномасштабного вторгнення більшість українського населення опинилася в екстремальних умовах існування. Це спричинило зміни в когнітивній, поведінковій, ціннісно-мотиваційній, емоційній та інших сферах особистості українців. У період війни психоемоційна сфера зазнає значного навантаження. Жінки стають однією з груп ризику, оскільки, у порівнянні з чоловіками, вони схильні до більш інтенсивних емоційних реакцій. Психоемоційне навантаження збільшується через вплив численних травмуючих чинників, таких як втрата близьких, руйнування домівок, загроза життю та здоров'ю. Це може призводити до розвитку різних психічних розладів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія та тривожні розлади. Тому питання формування та розвитку емоційної стійкості у жінок набуває особливої важливості.

На сьогоднішній день проблема емоційної стійкості особистості вивчається дослідниками в галузі психології, медицини, біології, соціології,

педагогіки та інших гуманітарних наук, що призводить до зростання міждисциплінарного підходу до цієї проблеми.

У дослідженні Кордунова Н. О. та Дмитріюк Н. С., емоційна стійкість особистості визначена як здатність людини ефективно керувати своїми емоціями та взаємодіяти з емоціями інших. Науковці вказують, що феномен охоплює різні аспекти емоційного інтелекту, такі як самосвідомість, саморегуляція, соціальна чутливість, управління відносинами та вміння вирішувати емоційні проблеми [1].

У дослідженнях М.І. Дяченко та В.А. Пономаренко розглядається емоційна стійкість як якість особистості та як психічний стан, що дозволяє реалізувати доцільну поведінку в екстремальних ситуаціях. Але існують різні точки зору на цю проблему. Я. Рейковський відзначає, що у деяких людей емоційна стійкість проявляється через низьку емоційну чутливість. [3]. Важливо розуміти, що емоційна стійкість не є однорідним явищем. Вона може базуватися як на активній регуляції емоцій, так і на природній низькій емоційній реактивності.

Ю. Тептюк стверджує, що емоційна стійкість особистості представляє собою складний динамічний процес, який включає здатність особистості розуміти особливості стресової ситуації та її можливості подолання, а також передбачає адекватну емоційну реакцію на різноманітні фактори стресу. Особистість активно змінює стресогенні умови та зберігає ефективність своєї діяльності [3].

Носенко Е. розглядає у своїх дослідженнях емоційну стійкість як інтегральна властивість особистості, що визначає її здатність ефективно реагувати на емоційні виклики та виходити з емоційних стресових ситуацій з мінімальними наслідками для психічного і фізичного здоров'я. Цей підхід охоплює різні аспекти психіки, такі як когнітивні процеси, поведінку та соціальні взаємини. Емоційна стійкість сприяє адаптації особистості до негативних ситуацій і стресу, зберігаючи при цьому психічну рівновагу та ефективність в діяльності. Це може бути важливим для досягнення успіху в різних сферах життя, а також для збереження психічного здоров'я в цілому [2].

С.В. Суботін визначив емоційну стійкість, як складну індивідуальну характеристику, яка базується на специфічному взаємозв'язку різних рівнів якостей особистості. Ця взаємодія гарантує біологічний, фізіологічний і психологічний баланс в системі та сприяє оптимальній взаємодії з навколишнім середовищем у різних умовах. Н. Є. Водоп'янова висловлювала подібну думку щодо сприйняття цих психологічних понять як тотожних. Вона визначила стійкість до стресу як системну та динамічну характеристику, що відображає здатність особистості протистояти стресорним впливам та ефективно впоратися з багатьма стресовими ситуаціями, активно адаптуючись до них без шкоди для свого здоров'я та якості життя [2].

Отже, аналізуючи різні підходи до дослідження емоційної стійкості можемо зробити висновок, що «емоційна стійкість» — це здатність особистості ефективно керувати своїми емоціями, адекватно реагувати на стресові ситуації, підтримувати психічну рівновагу та адаптуватися до несприятливих умов з мінімальними наслідками для психічного і фізичного здоров'я. Вона включає різні аспекти емоційного інтелекту, такі як самосвідомість, саморегуляція, соціальна чутливість та вміння вирішувати емоційні проблеми, що сприяє успішній взаємодії з навколишнім середовищем і збереженню ефективності в діяльності.

### **Список використаних джерел**

1. Кордунова Н. О., Дмитріюк Н. С. Емоційна стійкість як важлива складова особистості у період фахової підготовки. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені ГС Костюка НАПН України*. 2020. № 6. С. 129–138.

2. Носенко Е. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. Т. 4, № 18. С. 95–109.

3. Тептюк Ю. О. Психологічні умови розвитку стресостійкості у соціальних працівників різних вікових категорій : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2021.

**Ключові слова:** емоційна стійкість, стресостійкість, емоційні, вольові, та мотиваційні компоненти, стресові ситуації.

**Key words:** emotional stability, stress resistance, emotional, volitional, and motivational components, stressful situations.